



## **Pensamientos automáticos y autoestima en estudiantes universitarios de la ciudad de Barranquilla Colombia**

Diana Carolina Pérez-Pedraza<sup>42</sup>

Angely María Maury Martínez<sup>43</sup>

Alicia Hernández Montaña<sup>44</sup>

### **Resumen**

Los pensamientos automáticos corresponden a la visión distorsionada que los individuos tienen de las situaciones de la vida y pueden impactar la forma como las personas se auto perciben afectando los niveles de autoestima y por ende la salud mental. Los estudiantes universitarios se encuentran en una etapa del desarrollo vulnerable que puede ser generadora de incertidumbre por el ingreso a la educación superior, los primeros acercamientos a la práctica profesional y establecimiento de relaciones afectivas más profundas. Objetivo: Comparar los pensamientos automáticos y los niveles de autoestima en universitarios de la ciudad de Barranquilla Colombia. Método: Esta investigación es de corte cuantitativo, con diseño ex post facto de tipo transversal y con alcance comparativo; para la recolección de datos se utilizó la escala de autoestima de Rosenberg y el cuestionario de pensamientos Automáticos, la muestra estuvo compuesta por 328 (164 hombres y 164 mujeres) estudiantes universitarios residentes de la ciudad de Barranquilla- Colombia. Resultados: Se encontró que el 91.8% de la muestra son solteros, el 31.4% pertenecen al estrato socioeconómico medio; en cuanto a la autoestima no se encontraron diferencias muy significativas por género, respecto a los pensamientos automáticos se encontraron diferencias solo en personalización, falacia de justicia, culpabilidad y falacia de cambio. Por último se encontraron correlaciones inversamente proporcionales entre los pensamientos automáticos

---

<sup>42</sup> Universidad Autónoma de Coahuila, correo [perezdiana@uadec.edu.mx](mailto:perezdiana@uadec.edu.mx)

<sup>43</sup> Universidad Autónoma de Coahuila, correo [amaury@uadec.edu.mx](mailto:amaury@uadec.edu.mx)

<sup>44</sup> Universidad Autónoma de Coahuila, correo [aliciahernandezmont@uadec.edu.mx](mailto:aliciahernandezmont@uadec.edu.mx)



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



y la autoestima. Conclusiones: Los pensamientos automáticos son un componente importante en el desajuste de la salud mental, especialmente en la autoestima como proceso global de los individuos.

**Palabras clave:** *Autoestima, pensamientos automáticos, distorsiones cognitivas,*



UANL FTSyDH

**POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES**  
Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



## **Introducción**

Un pensamiento son los constructos personales que cada individuo crea sobre un hecho o situación (Naranjo, 2020), los pensamientos automáticos se conocen como aquellas “palabras e imágenes” que pasan por la mente de la persona, son específicos para cada situación y se considera que constituyen el nivel más superficial de la cognición, estos se presentan de manera repetitiva y rápida, surgen en nuestra mente sin que tengamos un control consciente sobre ellos. Estos pensamientos suelen ser negativos y pueden surgir en respuesta a ciertos estímulos, situaciones o emociones.

Desde la teoría cognitiva de Beck se afirma que los pensamientos automáticos negativos hacen que los individuos desarrollen expectativas negativas hacia sí mismo, la comunidad y el futuro (Beck, 1964). Los pensamientos automáticos negativos conducen a una percepción negativa y distorsionada de la realidad y esto impide una evaluación racional de los acontecimientos (Beck, 1979).

Beck (1964, 1979) afirma que ciertas formas de pensamiento y procesamiento de datos, incluidos los pensamientos automáticos, conducen a una inclinación a la angustia mental en caso de eventos estresantes, y a creencias sobre insuficiencia, inutilidad y estado de ánimo, por lo tanto, los pensamientos automáticos se expresan como la forma cercana a la superficie de esquemas cognitivos que son patrones de creencias intrínsecos desarrollados desde la infancia.

Muchas veces estos pensamientos se convierten en creíbles y reflexivos llegando a entretenerse inadvertidamente a través de un diálogo interno de la persona. Pueden ir o venir con su propia voluntad, en algunos momentos tienden a ocultarse en distintos pensamientos, se debe tener en consideración que han sido aprendidos por todas las experiencias vividas (Ruiz y Lujan, 1991).

Entre los distintos pensamientos automáticos según inventario de Ruiz y Luján tenemos:

- Filtraje: la persona identifica solo los aspectos negativos de una situación.



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



- Pensamientos polarizados: analiza las situaciones de una forma extremista, es decir observa una situación como todo bueno o todo malo.
- Sobre generalización: la persona tiende a generalizar una situación, ejemplo: eternamente, jamás, nada, todos.
- Interpretación del pensamiento: se atribuye un juicio propio al pensamiento sobre uno mismo, ejemplo; creo que esa persona piensa que soy egoísta.
- Visión catastrófica: se tiende a pensar de manera negativa y exagerada (en una catástrofe) sobre una situación sin tener base para hacerlo.
- Personalización: es la tendencia a creer que las actitudes, palabras o mensajes que las personas hacen son por uno mismo.
- Falacia de control: control interno, se piensa que todo lo que sucede es por culpa propia; control externo, es la idea de que todo lo que le ocurre a la persona es por culpa de otros.
- Falacia de justicia: se tiende a calificar como injustos aquellos escenarios que van en contra de nuestros deseos.
- Razonamiento emocional: en este pensamiento existe una confusión del hecho, por el sentimiento, ejemplo, siento que soy un inútil.
- Falacia de cambio: supone que el bienestar de uno depende de otra persona, por ende, esa otra persona es la que debe cambiar para sentir bienestar.
- Etiquetas globales: etiquetas que crean una visión del sujeto inflexible ante un cambio de vista. Generando prejuicios de sí mismo.
- Culpabilidad: refiere que el sujeto culpa a terceros por sus fracasos, por sus problemas, responsabilidades, que aparecen en el diario vivir.
- Los debería: el sujeto se asigna valores, normas sobre cómo convendría actuar tanto uno mismo como los otros.
- Falacia de razón: la persona se considera como el único e inigualable conocedor de la verdad irrefutable, argumentando y defendiendo para explicar su razón.



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



- Falacia de recompensa divina: el sujeto tiene la expectativa que por las cosas que ha dispuesto, forja o deja de hacer, el mundo o un ser superior está plenamente obligado a reconocerle. (Lluglla, 2016)

La autoestima radica su concepto acerca de la confianza que tiene una persona sobre sí mismo y la noción sobre su valor, está relacionada a su vez con las experiencias que se tiene a lo largo de la vida, tomando en cuenta sentimientos y pensamientos (Castro, 2023), Esto hace referencia a la valoración que una persona hace de sí misma y de su propio valor como individuo. Esto relacionado a su capacidad de poder estimar sus propias habilidades o conocimientos.

Según Rosenberg (1965) el concepto de autoestima se mide por la diferencia o concordancia entre los ideales de un individuo y su comportamiento, cuanto más parecidos son, mayor es la autoestima, misma que es un pilar de la personalidad y se forma principalmente durante la adolescencia.

La autoestima puede influir en cómo una persona se relaciona con el mundo. Las personas que poseen una alta autoestima suelen tener relaciones interpersonales más saludables, a enfrentar desafíos con mayor confianza y a ser más resilientes en situaciones difíciles. En cambio, las personas que presentan una autoestima baja tienden a desarrollar dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables, tener miedo al fracaso y sentirse inseguras en situaciones nuevas o desconocidas, Afirmando que en la teoría cuando existe un autoconcepto negativo repercute en el desarrollo del autoestima teniendo como resultado una autoestima baja (Paredes y Puetate, 2022).

Algunos estudios sobre la autoestima mencionan que la presencia de un autoestima alta tiene como resultado tener un mayor grado de salud mental en contraparte a menor autoestima más posibilidad tiene la persona de presentar dificultades en el área de salud mental (Ramos, 2012; Calero-Morales et al, 2016; Chiriboga et al, 2018), esta dificultad o resultado se ve reflejado a lo largo de la vida desde la niñez, adolescencia y vida adulta visualizando una serie de síntomas o problemas a nivel personal, social y emocional



UANL FTSyDH

# POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



estableciendo que existen interrelaciones entre los problemas de salud mental, los pensamientos automáticos y la autoestima (Pastrano et al,2023).

En el estudio de Pavón (2019) afirma que la autoestima con pensamiento automático tiene una relación negativa muy baja, por lo tanto, se puede afirmar que, a menor nivel de autoestima, mayor el nivel de pensamiento automático, o viceversa.

Es relevante trabajar con la población de estudiantes universitarios, ya que estos se encuentran en un período de la vida que implica la transición de la adolescencia a la edad adulta, lo que conlleva a que experimentan cambios rápidos en sus relaciones entre sí, durante este período, convirtiéndolos en un grupo de riesgo en cuanto a salud mental.

Para que los jóvenes alcancen su potencial y contribuyan plenamente a la vida, es muy importante que se determinen y satisfagan sus necesidades de salud mental (Hiçdurmaz et al, 2017), por tal motivo, el objetivo de la presente investigación es comparar los pensamientos automáticos y los niveles de autoestima en universitarios de la ciudad de Barranquilla Colombia.

## **Metodología**

### **Diseño**

Esta investigación es de corte cuantitativo, con diseño ex post facto de tipo transversal y con alcance comparativo.

#### **Participantes**

La población estuvo compuesta por 328 participantes 164 fueron mujeres y 164 fueron hombres, con edades entre los 18 y los 41 años, el 87% se ubica entre los 18 y los 23 años, el 76% corresponde a estudiantes universitarios en situación de desempleo, el 91.8% de la población reportan no tener pareja y el 1.2% está casado; el 31.4% de la población pertenece al estrato socioeconómico 3, el 29.3% a un estrato socioeconómico 2 y el 22% al estrato socioeconómico 1.

### **Instrumentos**



*Inventario de pensamientos automáticos* (Ruiz y Lujan, 1991): Busca evaluar la frecuencia de pensamientos automáticos negativos (PAN) y sus 15 distorsiones cognitivas: Inferencia arbitraria, lectura mental, adivinación del futuro, magnificación / catastrofización, etiquetado global, razonamiento emocional, debería / deberías, personalización, falacias de control, falacia de cambio, etiquetado emocional, razonamiento del sí entonces, visión túnel y pensamiento dicotómico, las puntuaciones de 0 a 1 significa que no hay alteración cognitiva, de 2 a 5 puntos hay una ligera alteración y de 6 a 9 reportan la presencia de la distorsión cognitiva. Para esta muestra se obtuvo un índice de confiabilidad  $\omega = .97$  (IC 95% límite inferior).

*Escala de autoestima de Rosenberg (RSE)* (Rosenberg, 1965). Evalúa aspectos del autoestima: la autoconfianza, la autoaceptación, la autopercepción, el sentimiento de valía personal y la satisfacción con uno mismo y que, sus puntuaciones van de un rango entre 10 y 40 puntos siendo 26 o menos baja autoestima, entre 26 y 30 autoestima moderada y mayor a 30 alta autoestima. Para esta muestra se obtuvo un índice de confiabilidad  $\omega = .72$  (IC 95% límite inferior).

## **Procedimiento**

El procedimiento de recolección de los datos se realizó mediante un formulario de *Microsoft forms*®, que se aplicó en varias aulas de una institución de educación superior de la ciudad de Barranquilla Colombia, además de los instrumentos, el link incluyó el consentimiento informado con una herramienta para garantizar la participación voluntaria, la privacidad y la confidencialidad de los participantes siguiendo los lineamientos de la declaración de la declaración de Helsinki de la asociación Médica Mundial y la ley 1090 del código deontológico del psicólogo de Colombia.

## **Análisis de datos**

Los datos se analizaron con el paquete estadístico *JASP*® 0.18.3, primero se ejecutó el cálculo de los estadísticos descriptivos para conocer las características de los participante,



se evaluó el supuesto de normalidad de las puntuaciones totales de las escalas estudiadas mediante la prueba Shapiro wilk, la hipótesis de normalidad se aceptó bajo el cumplimiento de los criterios de normalidad mayor a 30 casos, las puntuaciones de la asimetría y la curtosis <2.00 y la comprobación de la homogeneidad de varianzas, se realizó una tabulación cruzada de las puntuaciones de autoestima y pensamientos automáticos según el sexo, tomando como significativos los valores  $X^2 < 0,05$  y finalmente se hizo el cálculo de las correlaciones de Pearson estimando la significancia  $p = < .05$ ,  $p = < .01$ ,  $p = < .001$ .

## Resultados

En la tabla 1 se presenta una tabla de tabulación cruzada de los niveles de autoestima según el sexo de los participantes, no se encontraron diferencias significativas de los niveles de autoestima entre hombres y mujeres, puesto que las proporciones se mantuvieron parecidas en cada nivel, inclinándose un poco hacia las mujeres respecto a alta autoestima.

**Tabla 1:**

*Tabulación cruzada de los niveles de autoestima según el sexo*

Autoestima	Sexo	
	Mujer	Hombre
Autoestima baja	46 (14.024 %)	46 (14.024 %)
Autoestima media	29 (8.841 %)	37(11.280 %)
Autoestima elevada	89 (27.134 %)	81(24.695%)
$X^2=1.346$ $p=0.510$ Coeficiente de contingencia =0.064		

*Fuente: Elaboración propia*

De igual manera, se presenta una tabla cruzada de los pensamientos automáticos según el sexo, se encontraron diferencias significativas en personalización en la que los hombres presentan mayor porcentaje de distorsión cognitiva (10.061 %) en contraste con las mujeres quienes no presentan alteración en este pensamiento; se evidencian también diferencias falacia de justicia en la que las mujeres presentan una ligera y alta posibilidad de





distorsión cognitiva, en cuanto al pensamiento de culpabilidad y de falacia de cambio los hombres tienen la distorsión. No se encontraron diferencias significativas en los pensamientos filtraje, pensamiento polarizado, sobre generalización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, falacia de control, razonamiento emocional, etiquetaje, tener la razón, falacia de recompensa y deberías (Ver tabla 2).

**Tabla 2:**

*Tabla cruzada de los pensamientos automáticos según el sexo*

Variable	Sexo		$\chi^2$	Coeficiente de contingencia	
	Mujer	Hombre			
Personalización cognitiva	No existe alteración	79(24.085 %)	49(14.939 %)	11.536 p=0.003	0.184
	Ligera alteración	61(18.598 %)	82(25.000 %)		
	Posibilidad de distorsión cognitiva	24(7.317 %)	33(10.061 %)		
Falacia de justicia	No existe alteración cognitiva	34(10.366 %)	58(17.683 %)	1.287 p=0.010	0.166
	Ligera alteración	86 (26.220 %)	65(19.817 %)		
	Posibilidad de distorsión cognitiva	44(13.415 %)	41(12.500 %)		
Culpabilidad	No existe alteración cognitiva	90(27.439)	63(19.207)	9.363 p=0.009	0.167
	Ligera alteración	54(16.463)	69(21.037)		
	Posibilidad de distorsión cognitiva	20(6.098)	32(9.756)		
Falacia de cambio	No existe alteración cognitiva	41(12.500 %)	53(16.159 %)	7.729 p=0.021	0.152



Ligera alteración 93(28.354 %) 68(20.732 %)  
 Posibilidad de 30 (9.146 %) 43(13.110 %)  
 alteración cognitiva

*Fuente: Elaboración propia*

En la tabla tres se pueden apreciar los estadísticos descriptivos de las puntuaciones totales de la escala de autoestima de Rosenberg y las dimensiones de la escala de pensamientos automáticos, la prueba de normalidad de shapiro wilk el valor de probabilidad rechazó la hipótesis para todas las variables  $<.050$ , sin embargo los valores de la asimetría y la curtosis se reportan menores a 2 puntos por lo que los datos se tratarán con estadística paramétrica.

**Tabla 3:**

*Estadísticos descriptivos de las puntuaciones totales de la autoestima y los pensamientos automáticos*

Variables	M	DE	AS	K	W	P
Autoestima	2.238	0.863	-0.479	-1.490	0.729	< .001
Filtraje	2.073	0.709	-0.105	-0.999	0.806	< .001
Pensamiento polarizado	1.710	0.753	0.534	-1.060	0.770	< .001
Sobregeneralización	1.741	0.768	0.480	-1.158	0.774	< .001
Interpretación del pensamiento	1.799	0.731	0.332	-1.075	0.795	< .001
Visión catastrófica	1.979	0.688	0.028	-0.877	0.804	< .001
Personalización	1.784	0.720	0.350	-1.021	0.793	< .001
Falacia de control	1.784	0.724	0.354	-1.039	0.792	< .001
Falacia de justicia	1.979	0.735	0.033	-1.144	0.809	< .001
Razonamiento emocional	1.689	0.730	0.557	-0.950	0.770	< .001
Falacia de cambio	1.936	0.712	0.093	-1.016	0.807	< .001
Etiquetaje	1.768	0.709	0.366	-0.965	0.790	< .001
Culpabilidad	1.692	0.729	0.549	-0.953	0.771	< .001
Tener la razón	1.875	0.708	0.183	-0.993	0.803	< .001



Recompensa divina	2.430	0.651	-0.710	-0.531	0.740	< .001
Debería	1.951	0.702	0.068	-0.962	0.806	< .001

*Fuente: Elaboración propia*

Luego se procedió a correlacionar los niveles de autoestima con las dimensiones de los pensamientos automáticos, se encontró una correlación fuerte ( $p < .001$ ) y negativa de la autoestima con los pensamientos automáticos; es decir que a menor presencia de la distorsión cognitiva mayores niveles de autoestima, se identificó una correlación pequeña con la falacia de recompensa (Ver tabla 3).

**Tabla 4:**

*Matriz de correlaciones entre la autoestima y las dimensiones de la escala de pensamientos automáticos*

<b>Pensamientos automáticos</b>	<b>Autoestima</b>
Filtraje	-0.424***
Pensamiento_polarizado	-0.567***
Sobregeneralizacion	-0.516***
Interpretación_del_pensamiento	-0.448***
Vision_catastrofica	-0.362***
Personalizacion	-0.527***
Falacias_control	-0.416***
Falacia_justicia	-0.339***
Razonamiento_emocional	-0.475***
Falacia_cambio	-0.413***
Etiquetaje	-0.480***
Culpabilidad	-0.510***
Tener_razón	-0.282***
Falacia_recompensa	-0.139*
Debería	-0.430***

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$



*Fuente: Elaboración propia*

## **Discusión**

Este estudio tuvo como objetivo Comparar los pensamientos automáticos y los niveles de autoestima en universitarios de la ciudad de Barranquilla Colombia, los resultados muestran que no hay diferencias significativas de los niveles de autoestima en hombres y mujeres, puesto que las puntuaciones totales son similares en la autoestima elevada y la autoestima moderada, esto concuerda con estudios realizados por Sigüenza et al (2019) y Cortaza et al (2022) quienes en sus estudios evaluaron a un grupo de estudiantes en los que se reportó que tanto hombres como mujeres tienen puntuaciones similares en cada nivel de autoestima especialmente en la autoestima elevada, lo cual puede verse explicado por la edad promedio de los participantes ya que la muestra se encuentra en la etapa de la adultez emergente que trae consigo un conjunto de cambios y que incluyen mayor energía, mayor orientación al logro, eso sí su entorno funciona como factor protector y puede que se encuentren optimistas frente a la vida universitaria, las nuevas relaciones y la posibilidad de acceso laboral (Siqueira et al, 2016).

De igual manera, Muñoz- Albarracín et al (2023) mencionan encontraron que los estudiantes de 23 años reportaron niveles altos de autoestima concluyendo que, en la medida en que los jóvenes adquieren más edad también van aumentando los niveles de autoestima y esto a su vez resulta importante ya que puede promover la autoeficacia académica e influir de forma positiva en el rendimiento escolar (Vega, 2018).

Respecto a la presencia de los pensamientos automáticos entre hombres y mujeres no se encontraron diferencias significativas entre: pensamientos filtraje, pensamiento polarizado, sobre generalización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, falacia de control, razonamiento emocional, etiquetaje, tener la razón, falacia de recompensa y deberías, esto es contradictorio según la planteado por Oñate et al (2023) quienes si evidenciaron la presencia de importante de este conjunto de distorsiones. Al igual que en



Ortega- Mercado et al (2023), quienes evidencian la presencia de la falacia de recompensa divina, sobre generalización e interpretación del pensamiento.

Se encontró además que los hombres tienen las distorsiones de personalización , culpabilidad y falacia de cambio mientras que las mujeres presentan mayormente la distorsión de falacia de justicia estos hallazgos son similares a lo encontrado por Benites (2024) quien menciona que aunque no hay diferencias tan importantes si se puede notar que los hombres tienen mayores distorsiones que las mujeres.

Finalmente, este estudio muestra que existe una correlación negativa y muy significativa entre los niveles de autoestima y la presencia de todos los pensamientos automáticos estudiados, es decir que las bajas puntuaciones en la escala de autoestima pueden aparecer cuando hay presencia de pensamientos automáticos, de igual manera las puntuaciones de autoestima van a aumentar si hay una ligera o baja presencia de pensamientos automáticos (Barreto et al, 2020; Pavón, 2019; Velázquez, 2022).

Los estudiantes universitarios se encuentran en una etapa significativa del ciclo vital, generalmente esta se sitúa en la adultez emergente que conlleva diversos cambios y se orienta a nuevas preocupaciones relacionadas con el estilo de relaciones amorosas, carrera y algunos empiezan a desarrollar actividades laborales, esto podría convertirse en un factor de riesgo para su salud mental, sin embargo se ha demostrado la influencia que tiene la autoestima sobre una salud mental positiva y a su vez estos niveles se pueden ver afectados por la forma en como los individuos interpretan el mundo, es allí donde los pensamientos o distorsiones cognitivas juegan un papel fundamental, este estudio ha permitido notar que estos se asocian de manera importante con una autoestima saludable, por tal motivo las instituciones de educación superior deben aunar esfuerzos que permitan fortalecer habilidades que doten a los estudiantes de herramientas que les permitan afrontar los desafíos que supone la vida universitaria y la salida al mundo laboral.

## **Conclusiones**



UANL FTSyDH

## POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



En conclusión, los pensamientos automáticos y la autoestima son componentes esenciales en la salud mental y emocional de los individuos, comprender sus interrelaciones y efectos es crucial para desarrollar intervenciones efectivas que promuevan el bienestar psicológico, especialmente en poblaciones vulnerables como los estudiantes universitarios. Es imperativo seguir investigando en este campo para proporcionar herramientas y recursos adecuados que permitan a las personas enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y confianza; Las intervenciones basadas en evidencia, como la terapia cognitivo-conductual y los programas de desarrollo personal, han demostrado ser efectivas para mejorar la autoestima y reducir los pensamientos automáticos negativos. Además, es crucial considerar factores como la autoimagen, la autopercepción y el contexto socioeconómico al diseñar programas de apoyo para estudiantes universitarios.

Este estudio presentó como principales limitaciones que no se indagó acerca del rendimiento académico y como esto puede influir o relacionarse con la autoestima y los pensamientos automáticos, de igual manera se podría indagar acerca del semestre cursado y la carrera ya que quizá esto podría ser un indicador importante de salud mental, puesto que las expectativas que se tienen al iniciar la carrera universitaria puede ser diferente a las que se tienen al estar en la fase final. Se sugiere incluir otras variables que permitan medir patrones sintomatológicos de salud mental.



## Referencias

- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10, 561–571.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, NY: Meridian Book.
- Benites, F.(2024) Estilos de apego y distorsiones cognitivas en estudiantes de una universidad privada del sur del país. [Tesis para optar por el título de psicólogo]. Universidad Católica de Santa María
- Calero Morales, S., Klever Díaz, T., Caiza Cumbajin, M. R., Rodríguez Torres, Á. F., & Analuiza Analuiza, E. F. (2016). Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4), 366-374. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2077-29552019000200186](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2077-29552019000200186).
- Castro, S. (14 de abril de 2023). IEPP Instituto Europeo de Psicología Positiva. Obtenido de Autoconcepto y Autoestima, ¿cuáles son sus diferencias?: <https://www.iepp.es/autoconcepto-y-autoestima/#:~:text=La%20autoestima%20es%20el%20concepto,listos%2C%20nos%20gustamos%20o%20no>.
- Chiriboga, E. V., Barrezueta, A. E. T., & Aguirre, L. M. V. (2018). Funcionalidad familiar y autoestima del adulto mayor, en situación de maltrato. Un estudio participativo comunitario. *Revista Lasallista de investigación*, 15(2), 300-314. <https://doi.org/10.22507/rli.v15n2a23>
- Cortaza, L. ., Aguilar, H. khiabet,, R., y Morales, Z. (2022). Autoestima e ideación suicida en adolescentes estudiantes de secundaria. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 3(2), 286–296. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.82>



- Hiçdurmaz, D., Inci, F., & Karahan, S. (2017). Predictors of mental health symptoms, automatic thoughts, and self-esteem among university students. *Psychological Reports, 120*(4), 650-669.
- Lluglla. (2016). Distorsiones cognitivas y bienestar psicológico del adulto mayor en el grupo agua santa y antonio cabrejas del cantón baños [tesis de pregrado, universidad técnica de ambato]. Ambato. [https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/19257/1/investigaci%  
%20stefanie%20elizabeth%20lluglla%20aguirre%20%202016.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/19257/1/investigaci%c3%93n%20stefanie%20elizabeth%20lluglla%20aguirre%20%202016.pdf)
- Muñoz-Albarracín, Macarena, Mayorga-Muñoz, Cecilia, & Jiménez-Figueroa, Andrés. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 21*(2), 72-98. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.21.2.5428>
- Naranjo, K. (2020). *Cualidades esenciales de análisis psicométrico del inventario de pensamientos automáticos-distorsiones cognitivas de Ruiz y Lujan, en el pilotaje de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Paul Dirac de la ciudad de Quito en el año lectivo 2019-2020* (Doctoral dissertation, Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Digital UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/21782>).
- Oñate, J., Placencia, A., Muñoz, C. M., y Pesantes, I. (2023). Distorsiones cognitivas en estudiantes universitarios en el año 2023. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional, 8*(8), 2369-2385. Doi 10.23857/pc.v8i
- Ortega Mercado, F., Castillo Salgado, G. L., Vergara Álvarez, M. L., Meza Cueto, L. M., Montes Millán, J., & Navarro –Obeid, J. (2023). Distorsiones cognitivas en Estudiantes Universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(3), 1079-1090. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6247](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6247)
- Paredes Chiliguano, L. E., & Puetate Rosero, H. I. (2022). Autoestima, agresividad y pensamientos automáticos en adultos.





- Pastrano, M., Changotasig, A., & Flores, V. (2023). Pensamientos Automáticos y Autoestima en Adolescentes en un Colegio Privado de la Ciudad de Quito en el Año 2023. *Dominio de las Ciencias*, 9(3), 1275-1299.
- Pavón, c. (2019). Relación de los pensamientos automáticos con las respuestas de afrontamiento en personas privadas de la libertad [requisito previo para optar por el título de psicólogo clínico, universidad técnica de Ambato]. Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/30330/2/pav%c3%b3n%20he%20rrera%20cristian%20daniel.pdf>
- Ramos, J. (2012). Autoestima y Trastornos de Personalidad de lo Lineal a lo Complejo. *Clínica y Salud*, 23(2), 123-139. <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v23n2/original2.pdf>.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. New Jersey, NJ: Princeton University Press.
- Ruiz, J., & Luján, J. (1991). Manual de Psicoterapia Cognitiva. Inventario de pensamientos automáticos. *Psicología Online*.
- Sigüenza, W., Quesada, E., y Reyes, M. (2019). Autoestima en la adolescencia media y tardía. *Revista espacios*, 40(15). <https://www.revistaespacios.com/a19v40n15/19401519.html>
- Siqueira Dutra-Thomé, L., & Koller, S. H. (2016). Habilidades sociais e fatores de risco e proteção na adultez emergente. *Psico*, 47(4), 268–278. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2016.4.23398>
- Vega Petkovic, M.A. (2018). Autoestima y Rendimiento Académico en Estudiantes del Programa de Inducción a la Vida Universitaria. In J.C. Tovar-Gálvez (Ed.), *Trends and challenges in Higher Education in Latin America*, (pp. 216-224). Eindhoven, NL: Adaya Press. <https://doi.org/10.58909/ad18870141>
- Velásquez Marafiga, C, Ferraz Neis, L, & Falcke, D. (2022). Cognitive distortions of sexual victimizers of children and adolescents: associations with experiences in the family



UANL FTSyDH

# POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



of origin, early maladaptive schemas, self-esteem and self- efficacy. *Psicogente*,  
25(48), 24-44..<https://doi.org/10.17081/psico.25.48.4675>