



**FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE  
PSICOLOGÍA**

**“EFECTOS DEL PROGRAMA  
“TODOS ENVEJECEMOS ACTIVOS Y SALUDABLES”  
PARA EL MANEJO DE LA DEPRESIÓN EN ADULTOS  
MAYORES DEL CENTRO MÉDICO MILITAR –  
7ma BRIGADA DE LAMBAYEQUE.”**

**AUTORAS:**

- BACH. MEDINA PARIENTE, NURY MADELEYNE.
- BACH. RUIZ FERNÁNDEZ, GISELA MACARENA.

**ASESORES DE TESIS**

- PS. Juan Quijano Pacheco
- PS. Yolanda Castro Yoshida.

**TESIS PARA OPTAR  
EL TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**CHICLAYO-PIMENTEL  
2008**

## **RESUMEN**

*El presente trabajo de investigación tiene por objeto determinar los efectos del programa “Todos envejecemos activos y saludables” para el manejo de la depresión en adultos mayores del centro médico militar 7ma Brigada de Lambayeque. Se usó un diseño Pre experimental de un grupo antes y después. El programa fue previamente validado por el método de jueces. La población estuvo constituida por adultos mayores de ambos sexos y alfabetos. El marco teórico del trabajo se sustenta en la teoría cognitiva conductual de Beck, utilizándose para la medición pret y post la escala geriátrica abreviada de Yesavage. Las principales conclusiones son: mejoraron los niveles de depresión, así mismo se observaron cambios significativos que es menor al 0.05 en los siguientes objetivos específicos: Buscar sentirse satisfechos con su vida, fomentar intereses a actividades previas, desarrollar condiciones de mantener un buen ánimo la mayor parte del tiempo, estar en condiciones de cambiar su sentimiento frecuente de amparo o protección, estar en condiciones de superar los problemas de memoria, estar en condiciones de mantener un sentimiento en la actualidad de utilidad o aprecio, estar en condiciones de mantener un sentimiento de plenitud y energía, estar en condiciones de sentimiento de desesperanza ante la condición actual, estar en condiciones de mantener un sentimiento de creencia frente a que los demás personas están mejor.*

## **ABSTRACT**

*The present work of investigation has for object determined the effects of the program "We all age active and healthy" for the managing of the depression in major adults of the medical military center 7ma Lambayeque's Brigade. There was used a design experimental Pre of a group before and later. The program was before validated by the judges(judge) method. The population was constituted by major adults of both sexes and alphabets. The theoretical frame of the work is sustained in Beck's cognitive behavioral theory, being in use for the measurement pret and post Yesavage's geriatric brief scale. The principal conclusions are: they improved the levels of depression, likewise were observed significant changes that it is minor to 0.05 in the following specific aims: To seek to feel satisfied with his life, To foment interests to previous activities, To develop conditions to support a good spirit most of the time, Being in conditions to change his frequent feeling of protection or protection, Being in conditions to overcome the problems of memory, Being in conditions to support a feeling at present of utility or appreciation, Being in conditions to support a feeling fullness and energy, Being in conditions of feeling hopelessness towards the current condition, Being in conditions to support a feeling belief opposite to which the others you present are better.*