

Tipo de artículo: Artículo original

Integración de herramientas informáticas y logoterapia: evaluación del impacto en estudiantes universitarios con condiciones emocionales y existenciales

Integration of computer tools and logotherapy: evaluation of the impact on university students with emotional and existential conditions

Diana Veronica Pardo Ochoa ^{1*} , <https://orcid.org/0000-0001-6321-3212>

Josué Mijaíl Gómez Álvarez ² , <https://orcid.org/0000-0001-9089-4156>

Yisell Vigoa Escobedo ³ , <https://orcid.org/0000-0002-2747-9627>

Gladys Lorena Gavilanes Mayorga ⁴ , <https://orcid.org/0009-0009-2619-4337>

¹ Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación. Máster en Orientación Educativa Familiar. Docente de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Ecuador. Doctorando de Psicología en la Universidad César Vallejo. dpardoo@ucvvirtual.edu.pe

² Licenciado en ciencias de la educación mención psicología educativa y orientación. Máster en psicología especialidad neurociencias cognitivas y neurotecnología. Docente de la Universidad de las Fuerzas Armadas - ESPE. Ecuador. jmgomez12@espe.edu.ec

³ Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Educación Especial. Dra. En Ciencias Pedagógicas. Docente Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Ecuador. yvigoae@uteq.edu.ec

⁴ Licenciada en ciencias de la educación mención psicología infantil y educación parvularia. Magister universitario Psicopedagogía Docente de la Universidad de las Fuerzas Armadas - ESPE. Ecuador. glgavilanes1@espe.edu.ec

* Autor para correspondencia: dpardoo@ucvvirtual.edu.pe

Resumen

Este estudio tiene como objetivo explorar la efectividad de la logoterapia, apoyada por herramientas informáticas avanzadas, en un grupo de 50 estudiantes universitarios que enfrentan diversas condiciones emocionales y existenciales, incluyendo depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático (PTSD). La investigación se enmarca en el contexto de la creciente necesidad de intervenciones psicológicas innovadoras y eficientes, aprovechando la tecnología moderna. Se desarrolló un sistema informático interactivo que integra técnicas de logoterapia, ofreciendo recursos digitales como sesiones terapéuticas virtuales, seguimiento de progreso personal, y herramientas automatizadas de monitoreo emocional. Adicionalmente, se evaluaron otras tecnologías, como la inteligencia artificial y el Internet de las Cosas (IoT), para potenciar el tratamiento, facilitando la accesibilidad y cobertura de la intervención. A través de un diseño experimental, se midieron los efectos de esta combinación de logoterapia y tecnología en la salud emocional y bienestar existencial de los estudiantes universitarios de la muestra, utilizando escalas de medición validadas y encuestas. Los resultados proporcionaron evidencia sobre la viabilidad de implementar la logoterapia en entornos digitales y su impacto potencial en la mejora de la calidad de vida de los estudiantes, así como recomendaciones para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas en el ámbito psicológico estudiantil.

Palabras clave: Tecnologías de la Información; logoterapia; sistema informático; estudiantes universitarios; condiciones emocionales y existenciales



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

Abstract

This study aims to explore the effectiveness of logotherapy, supported by advanced computer tools, in a group of 50 university students facing various emotional and existential conditions, including depression, anxiety, and post-traumatic stress disorder (PTSD). The research is framed in the context of the growing need for innovative and efficient psychological interventions, taking advantage of modern technology. An interactive computer system was developed that integrates logotherapy techniques, offering digital resources such as virtual therapeutic sessions, personal progress tracking, and automated emotional monitoring tools. Additionally, other technologies, such as artificial intelligence and the Internet of Things (IoT), were evaluated to enhance the treatment, facilitating the accessibility and coverage of the intervention. Through an experimental design, the effects of this combination of logotherapy and technology on the emotional health and existential well-being of the university students in the sample were measured, using validated measurement scales and surveys. The results provided evidence on the feasibility of implementing logotherapy in digital environments and its potential impact on improving students' quality of life, as well as recommendations for future research and practical applications in the field of student psychology.

Keywords: *Information Technology; logotherapy; computer system; university students; emotional and existential conditions*

Recibido: 22/09/2024

Aceptado: 26/11/2024

En línea: 27/11/2024

Introducción

En un mundo a menudo inmerso en la desesperanza y la apatía, existe un enfoque terapéutico que ha demostrado reavivar el sentido de humanidad en las personas: la logoterapia. La premisa fundamental de la logoterapia es que el ser humano está motivado por la búsqueda de sentido en la vida, un concepto que trasciende lo meramente tangible. Según (Frankl, 1959), esta necesidad de trascendencia se manifiesta como una voluntad de significado que impulsa al individuo hacia la autorrealización. Diversos estudios han corroborado que las personas que logran encontrar un propósito significativo experimentan mayor satisfacción, resiliencia y crecimiento personal.

El concepto central de la logoterapia, la búsqueda de sentido, ha sido ampliamente reconocida como un poderoso motor para el bienestar psicológico (Kwee & Längle, 2019). Cuando las personas se enfocan en encontrar un significado trascendente, ya sea a través de sus relaciones, su trabajo o sus valores, experimentan una mayor plenitud y una perspectiva optimista sobre su existencia. Para (Thir & Batthyány, 2016), este enfoque permite a los individuos conectarse con su esencia y abrazar una vida más significativa.

La relevancia de la logoterapia radica en su capacidad para inspirar a las personas a una búsqueda significativa de su existencia. Desde un enfoque metodológico, las técnicas de la logoterapia se centran en ayudar al individuo a descubrir y cultivar su propósito de vida (Längle, 2019). En lugar de enfocarse exclusivamente en la eliminación de síntomas, la logoterapia invita a la persona a asumir un papel activo y creativo en la construcción de su vida, lo cual es particularmente relevante en un contexto contemporáneo caracterizado por la sobreestimulación y las exigencias diarias (Batthyány, 2016).



Los trastornos emocionales son los trastornos mentales más comunes a nivel mundial, afectando a millones de personas en diferentes contextos sociales y culturales (Stein et al., 2020). Los tratamientos psicológicos, incluido el enfoque de la logoterapia, han demostrado ser útiles en un número significativo de casos. Sin embargo, se ha encontrado que hasta un 40% de los pacientes no responden a la logoterapia de la manera esperada, lo que subraya la necesidad de explorar y desarrollar enfoques alternativos o complementarios (Petrie et al., 2018).

Los problemas emocionales son especialmente frecuentes en la población general, y entre ellos, los trastornos depresivos y de ansiedad ocupan un lugar destacado. Estos trastornos, que también se conocen como trastornos de ansiedad (TA) y el trastorno de estrés posttraumático (PTSD), son los problemas psicológicos más comunes que enfrentan las personas hoy en día. Representan un problema de salud mental global debido a sus alarmantes tasas de prevalencia, así como a sus consecuencias devastadoras en la calidad de vida de quienes los padecen, particularmente en la población universitaria (Magson et al., 2021).

La transición a la vida universitaria puede intensificar los síntomas de estos trastornos, ya que muchos estudiantes enfrentan desafíos como la presión académica, el aislamiento social y las incertidumbres sobre el futuro. Por lo tanto, es crucial abordar estos problemas de salud mental de manera integral, implementando tratamientos adecuados que consideren la diversidad de respuestas individuales y que incorporen también herramientas tecnológicas para maximizar la eficacia de las intervenciones.

El interés por desarrollar enfoques de logoterapia accesibles y fundamentados en evidencia para los trastornos emocionales y existenciales ha existido durante un tiempo. Aunque los modelos escalonados de atención ya han logrado algunos hitos, los avances tecnológicos que han surgido en los últimos años (la explosión de Internet y los teléfonos inteligentes) son en gran medida responsables de la aceleración de algunos cambios en la atención mental que de otro modo habrían sido casi impensables. En las últimas dos décadas han surgido formas más automatizadas y sencillas de difundir y administrar la logoterapia (Maria Michael & Reyes, 2023).

Recientemente, se ha comenzado a implementar métodos de inteligencia artificial con el objetivo de mejorar la implementación de técnicas de logoterapia, al proporcionar a los terapeutas y pacientes recomendaciones en tiempo real según la respuesta del paciente al tratamiento. La inteligencia artificial (IA), el Internet de las cosas (IoT) y el aprendizaje automático (ML) han aumentado considerablemente en numerosos sectores médicos críticos y han impactado significativamente en la vida diaria (Rahgozar & Giménez-Llort, 2024). Las intervenciones de salud digital respaldan intervenciones rentables, accesibles y preferidas que cumplen con las limitaciones de tiempo y recursos para grandes poblaciones de pacientes, y son especialmente atractivas para los estudiantes universitarios (Hasan Alam et al., 2023).



Este estudio tiene como objetivo general explorar la efectividad de la logoterapia, apoyada por herramientas informáticas avanzadas, en un grupo de 50 estudiantes universitarios ecuatorianos que enfrentan diversas condiciones emocionales y existenciales, incluyendo depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático. Los objetivos específicos son los siguientes:

- Analizar la integración de herramientas informáticas y logoterapia.
- Diagnosticar el estado actual de los estudiantes universitarios que participaron en este estudio.
- Implementar un sistema informático interactivo que integra técnicas de logoterapia, ofreciendo recursos digitales como sesiones terapéuticas virtuales.
- Realizar una intervención terapéutica empleando herramientas digitales integradas a la logoterapia.
- Analizar los resultados de la investigación.

Materiales y métodos

Este estudio emplea un diseño experimental para medir los efectos de la combinación de logoterapia y herramientas tecnológicas en la salud emocional y bienestar existencial de los participantes. Se utilizan escalas de medición validadas para diagnosticar el estado actual de los estudiantes. En particular, se utilizará la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) (Bados et al., 2005), que es una herramienta ampliamente reconocida y utilizada para medir estos constructos psicológicos en diversas poblaciones. La DASS-21 consta de 21 ítems que se agrupan en tres escalas: depresión, ansiedad y estrés, permitiendo evaluar la intensidad de los síntomas que los participantes experimentan en cada una de estas áreas.

Tabla 1: Dimensiones e Indicadores de la DASS-21

Dimensión	Indicador	Descripción
Depresión	Estado de ánimo negativo	Evalúa la falta de interés, tristeza y desánimo.
	Dificultad para dormir	Mide problemas relacionados con el sueño y el descanso.
	Pérdida de concentración	Evalúa la capacidad de atención y concentración.
Ansiedad	Tensión y excitación	Mide la agitación y el nivel de nerviosismo.
	Preocupaciones excesivas	Evalúa la magnitud de las preocupaciones en la vida diaria.
Estrés	Sentimientos de falta de control	Mide las sensaciones de estar abrumado por las circunstancias.
	Estrés físico y emocional	Evalúa los síntomas físicos y emocionales asociados al estrés.

El Comité de Ética de cada una de las Instituciones de la Educación Superior (IES) del Ecuador que fueron estudiadas, aprobó esta investigación antes de la recopilación de datos, bajo un código de confidencialidad.

Descripción de la población y muestra



La población de estudio estará constituida por estudiantes universitarios que enfrentan diversas condiciones emocionales y existenciales. Se seleccionará una muestra específica de 50 estudiantes ecuatorianos de nivel superior, quienes han sido diagnosticados con diferentes trastornos psicológicos, incluyendo depresión, ansiedad, trastorno de estrés postraumático (PTSD) y diagnóstico de cáncer. Esta muestra se seleccionará de manera intencionada, buscando representar la diversidad de experiencias y condiciones que presentan los estudiantes en el ámbito universitario. Se tendrá en cuenta la distribución de género y los rangos de edad para asegurar una muestra equilibrada y representativa.

Tabla 2. Distribución de la muestra por diagnóstico y género.

Diagnóstico	Hombres	Mujeres	Total	Rango de edad (años)
Depresión	10	12	22	18-25
Ansiedad	8	6	14	19-26
Trastorno de estrés postraumático	4	5	9	20-29
Diagnóstico de cáncer	2	3	5	21-30
Total	24	26	50	18-30

Con este diseño se recopilará la información relevante sobre el estado emocional de los estudiantes a partir de una medición sistemática, lo que facilitará el análisis posterior de los efectos de la intervención de logoterapia soportada por herramientas tecnológicas.

Resultados y discusión

La integración de herramientas informáticas con la logoterapia ha demostrado ser un enfoque innovador y efectivo en el tratamiento de trastornos emocionales. Esta combinación permite complementar las prácticas tradicionales de la logoterapia al incorporar la tecnología en el proceso terapéutico, especialmente en el contexto de la población universitaria, que a menudo enfrenta elevados niveles de estrés y problemas de salud mental (Ronzhés, 2023). A medida que los estudiantes lidian con presiones académicas y desafíos personales, las herramientas digitales pueden ofrecer soporte adicional y accesible.

Existen diversas aplicaciones y plataformas en línea que han comenzado a ofrecer sesiones de logoterapia a través de videoconferencias. Estas herramientas permiten a los estudiantes acceder a la terapia desde cualquier lugar, eliminando barreras geográficas y temporales. Por ejemplo, programas como Talkspace (Ekström, 2020; Talkspace, 2024) y BetterHelp (BetterHelp, 2024; White, 2018) han integrado enfoques terapéuticos basados en la logoterapia, facilitando la conexión entre terapeutas y pacientes, lo que resulta especialmente beneficioso para aquellos que pueden sentirse reacios a buscar ayuda en un entorno tradicional.



Además, algunas aplicaciones móviles han sido desarrolladas específicamente para el monitoreo del estado emocional. Herramientas como Woebot (Darcy et al., 2022) y Moodfit (Cheung et al., 2019) ayudan a los usuarios a rastrear sus emociones diarias y fomentar la reflexión a partir de principios logoterapéuticos. Estas aplicaciones permiten a los estudiantes identificar patrones emocionales y activar estrategias de afrontamiento que promueven un sentido de significado y propósito en sus vidas, lo cual es crucial en momentos de crisis emocional.

Otra área prometedora en la integración de tecnología y logoterapia es el uso de programas de realidad aumentada (AR) y realidad virtual (VR). Estas tecnologías inmersivas han comenzado a ser exploradas en contextos terapéuticos, permitiendo a los estudiantes experimentar escenarios desafiantes en un entorno controlado. Por ejemplo, ciertos estudios han implementado simulaciones en VR que facilitan la reflexión y el enfrentamiento de miedos, lo que promueve el crecimiento personal y la resiliencia en un marco logoterapéutico.

Además, las plataformas en línea que ofrecen foros y grupos de apoyo son otra forma efectiva de integrar la logoterapia con la tecnología. Espacios de discusión como 7 Cups (McCutcheon & Awad, 2023) permiten que los estudiantes conecten con otros que enfrentan desafíos similares, fomentando un sentimiento de comunidad y apoyo. Estas interacciones entre pares pueden potenciar la búsqueda de significado y propósito, aspectos fundamentales de la logoterapia.

Sin embargo, las plataformas y herramientas analizadas en el contexto de la integración de logoterapia y tecnología, aunque ofrecen beneficios significativos, no están exentas de costos. Tanto la suscripción a servicios de terapia en línea como el uso de aplicaciones de monitoreo emocional pueden representar una carga económica para los estudiantes universitarios, que a menudo deben equilibrar los gastos educativos con su bienestar mental. Esto plantea un desafío importante, ya que el acceso a intervenciones terapéuticas efectivas debería ser una prioridad para garantizar la salud emocional de esta población.

Dado este contexto, se ha considerado fundamental el desarrollo de un sistema informático que sirva como una solución accesible y gratis para los estudiantes que enfrentan condiciones emocionales y existenciales. Al integrar recursos como sesiones de terapia virtual, ejercicios interactivos de autocuidado y herramientas de seguimiento del estado emocional, el sistema proporcionará un acompañamiento integral que apoye a los estudiantes en su proceso de sanación.

Además, este enfoque tiene el potencial de crear una comunidad de apoyo entre los usuarios, facilitando la interacción y el intercambio de experiencias y estrategias de afrontamiento. Al optimizar y adaptar la logoterapia a un formato digital accesible, se espera que el sistema no solo sea una herramienta efectiva de intervención, sino que también empodere a los estudiantes para que tomen un papel activo en su salud mental. Esto es especialmente relevante en un



momento en que la atención a la salud mental en la academia es más crucial que nunca, y se necesita un enfoque que pueda ser escalable y accesible.

Sistema informático para la intervención logoterapéutica

El sistema informático desarrollado tiene como objetivo principal proporcionar un espacio seguro y accesible para la gestión de la salud mental de los estudiantes universitarios. Este sistema permite la conexión entre los participantes y terapeutas especializados, facilitando el acceso a diversos servicios de terapia y tratamiento personalizado. Las funcionalidades del sistema incluyen la búsqueda de terapeutas adecuados, la posibilidad de realizar sesiones de terapia en diferentes modalidades (individual, de pareja, LGBTQIA+, para estudiantes, entre otras), así como el acceso a terapia de mensajería ilimitada.

A través de esta plataforma, los usuarios pueden obtener apoyo para una variedad de condiciones de salud mental, como depresión, ansiedad, trastorno bipolar, trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), trastorno de estrés postraumático, depresión posparto y trastorno de pánico. El sistema también incorpora servicios de psiquiatría asegurando que los estudiantes reciban un tratamiento integral que aborde sus necesidades emocionales. Al facilitar un acceso eficiente a la terapia y la posibilidad de encontrar un terapeuta que se ajuste a sus necesidades específicas, este sistema potencia el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes, ayudándoles a superar adversidades personales y académicas. La plataforma digital fue diseñada para brindar a los participantes una variedad de funcionalidades clave, incluyendo:

1. Espacio de conversación: Un entorno seguro y confidencial para que los estudiantes se conectaran con terapeutas especializados en logoterapia a través de sesiones de video chat.
2. Servicios terapéuticos: Acceso a diversos tipos de terapia, como individual, de pareja, y para estudiantes, además de terapia de mensajería ilimitada.
3. Herramientas de autoayuda: Recursos digitales, como ejercicios de reflexión y meditación guiada, para que los estudiantes pudieran practicar las técnicas de logoterapia de manera autónoma entre sesiones.
4. Emparejamiento con terapeutas: Un sistema de búsqueda que ayudaba a los estudiantes a encontrar el profesional de salud mental más adecuado a sus necesidades y preferencias.

Esta plataforma integral tenía el potencial de brindar a los estudiantes un acceso fácil y flexible a servicios de salud mental centrados en el significado y el propósito, fomentando así su bienestar emocional y su capacidad de afrontar desafíos durante su vida universitaria.

Requisitos funcionales clave del sistema informático:

- Módulo de videoconferencia segura para sesiones terapéuticas en línea



- Base de datos de terapeutas especializados en logoterapia
- Herramientas de evaluación psicológica (DASS-21) e informes de progreso
- Biblioteca de recursos de autoayuda (ejercicios, meditaciones, lecturas)
- Sistema de búsqueda y emparejamiento de terapeutas
- Protocolos de seguridad y confidencialidad de datos

En la figura 1 se muestra la interfaz de caracterización del usuario para personalizar el tipo de intervención logoterapéutica que necesita de acuerdo a sus necesidades individuales.

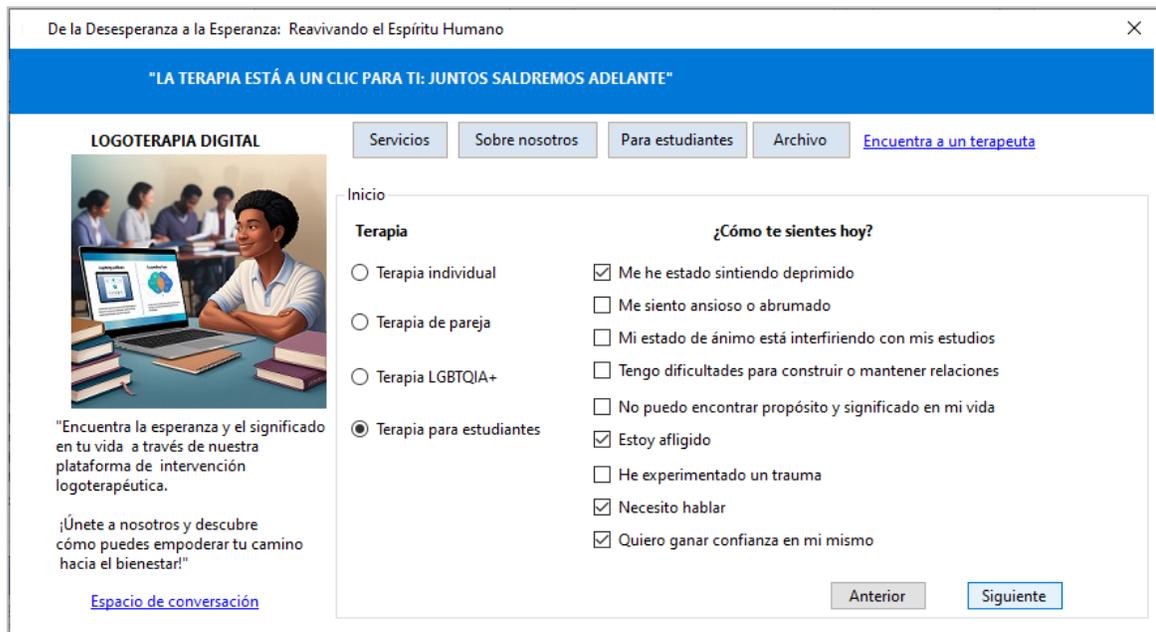


Figura 1. Interfaz principal del sistema informático.

Intervención logoterapéutica en la comunidad universitaria

En este estudio se llevó a cabo un programa de logoterapia basado en herramientas digitales, diseñado para un grupo de 50 estudiantes universitarios que enfrentaban diversas condiciones emocionales y existenciales, incluyendo trastornos depresivos, ansiedad, trastorno de estrés postraumático (PTSD) y diagnósticos de cáncer. El enfoque del programa se centró en la implementación de un sistema informático que utilizó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) como una herramienta clave para medir el bienestar de los participantes a lo largo de la intervención. El programa se estructuró en un formato de 4 semanas, con sesiones realizadas a través de una plataforma segura de videoconferencia. Cada sesión tuvo una duración de 3 horas, durante las cuales se alentó a los participantes a aplicar lo aprendido como tarea, crucial para reforzar el aprendizaje y la práctica de las técnicas de logoterapia. Todos los



participantes utilizaron computadoras portátiles y, antes de comenzar, otorgaron su consentimiento informado para participar y ser grabados en cada sesión, garantizando la confidencialidad de la información. Al finalizar el programa, se entregó un formulario de evaluación para obtener retroalimentación sobre la experiencia e impacto del sistema. Además, se estableció un protocolo de apoyo en caso de que los participantes necesitaran asistencia psicológica durante y después de las sesiones, que incluía líneas directas de crisis. Este enfoque integral no solo se centró en la intervención terapéutica, sino también en el bienestar general de los estudiantes.

Análisis de los resultados de la intervención

La escala DASS-21 empleada en esta investigación, es una herramienta psicométrica ampliamente utilizada para medir el malestar emocional en diversas poblaciones. Esta escala se compone de 21 ítems, que evalúan tres dimensiones principales del bienestar psicológico: depresión, ansiedad y estrés. Cada dimensión está representada por siete ítems, y los participantes responden a través de una escala Likert de 4 puntos que evalúa la frecuencia con la que han experimentado los síntomas en la última semana.

Estructura de la escala

1. Depresión: Evalúa síntomas asociados con la tristeza, la desesperanza, la desmotivación y el desinterés. Los ítems incluyen afirmaciones como "me siento infeliz" y "he perdido interés en mis actividades".
2. Ansiedad: Mide síntomas relacionados con la inquietud, el nerviosismo y las preocupaciones. Los ítems en esta categoría pueden incluir afirmaciones como "me siento preocupado" y "me he sentido tenso".
3. Estrés: Evalúa la tensión emocional y la sobrecarga. Esto incluye síntomas como "me siento abrumado" y "no puedo manejar las cosas".

Interpretación de las puntuaciones

Las respuestas a cada ítem se puntúan de la siguiente manera:

- 0 = No en absoluto
- 1 = A veces
- 2 = Frecuentemente
- 3 = Muy a menudo o siempre

Las puntuaciones se suman para cada una de las tres subescalas (depresión, ansiedad y estrés), y los resultados se pueden interpretar de acuerdo con las siguientes categorías:

- Normal: Puntuaciones relativamente bajas que indican un nivel saludable de bienestar emocional (de 0 a 4).
- Leve: Indica un leve malestar emocional que puede requerir atención (de 5 a 6).
- Moderado: Señala la presencia de síntomas que pueden estar interfiriendo con la vida diaria (de 7 a 10).



- Severo: Indica una alta intensidad de síntomas que probablemente requieren intervención profesional (de 11 a 13).
- Extremo: Puntuaciones muy altas que sugieren la necesidad de atención clínica inmediata (más de 14).

La Tabla 3 presenta los resultados de los indicadores de la DASS-21, medidos antes y después de la intervención. Las puntuaciones iniciales indican niveles significativos de malestar emocional que disminuyeron tras la implementación del programa. Este formato permitió a los investigadores medir el impacto real de la integración de herramientas informáticas y logoterapia en la salud mental de los participantes.

Tabla 3. Indicadores de la DASS-21 pre y post intervención

Indicador	Pre-Intervención	Post-Intervención
Estado de ánimo negativo	13.25	6.40
Dificultad para dormir	10.50	4.75
Pérdida de concentración	12.20	5.80
Tensión y excitación	14.00	7.00
Preocupaciones excesivas	11.30	5.90
Estrés físico y emocional	12.70	6.50

La Tabla 4 resume los resultados del análisis estadístico de las puntuaciones agregadas de la DASS-21 mediante la prueba de rangos con signo de Wilcoxon. La disminución de la media de puntuación de 12.49 a 6.6 indica una reducción significativa de los síntomas emocionales entre los estudiantes, evidenciando la eficacia del sistema informático integrado. El valor $p < 0.001$ refuerza la validez estadística de estos resultados, sugiriendo que las intervenciones lograron efectos positivos en el bienestar emocional de los participantes.

Tabla 4: Análisis estadístico de los resultados

Estadístico	Pre-intervención	Post-intervención	Diferencia
Media de puntuaciones	12.49	6.6	5.89
Desviación estándar	1.281	0.775	
Valor p (Wilcoxon)	-	-	$p < 0.001$

Adicionalmente, los participantes compartieron sus experiencias y comentarios sobre el sistema, en línea con la metodología cualitativa inclusiva. Se observó que muchos de ellos manifestaron una percepción positiva de su experiencia, señalando mejoras en su atención consciente, habilidades para afrontar sus emociones, y una reducción notable en los sentimientos depresivos.



Esta integración de herramientas digitales con la logoterapia proporcionó un enfoque nuevo y accesible para apoyar la salud mental de los estudiantes universitarios. Al ofrecer un programa estructurado que prioriza la atención y el apoyo emocional, el sistema informático demostró tener el potencial de marcar una diferencia significativa en la vida de los participantes, permitiéndoles desarrollar un sentido renovado de propósito y bienestar.

Discusiones

Los resultados de los estudios analizados demuestran que la logoterapia es un enfoque eficaz para tratar la desesperanza en diversas poblaciones, mostrando efectos significativos en la mejora del bienestar emocional y el aumento de la esperanza. Al agrupar los autores por similitud de ideas y criterios, se pueden identificar patrones claros que refuerzan la relevancia de la logoterapia en contextos de sufrimiento emocional profundo.

Tanto (Hofmann & Asmundson, 2017) como (Smith et al., 2021) y (Batthyány, 2016) coinciden en que la logoterapia tiene un impacto positivo en la restauración de la esperanza en pacientes que enfrentan trastornos emocionales significativos, como la depresión y el trastorno de estrés postraumático (PTSD). Los tres estudios muestran que las intervenciones basadas en la logoterapia son capaces de reducir el vacío existencial y promover una mejora significativa en los niveles de esperanza y propósito en la vida. En estos casos, la logoterapia no solo trata los síntomas de las condiciones clínicas, sino que también se enfoca en fomentar un sentido de significado, lo cual es esencial para la recuperación emocional. (Hofmann & Asmundson, 2017) reportaron una mejora significativa en pacientes con depresión ($p < 0.05$), mientras que (Smith et al., 2021) destacaron una reducción del vacío existencial y un aumento de la esperanza en pacientes con PTSD ($p < 0.01$). Esto refuerza la hipótesis de que la logoterapia es útil no solo para aliviar el sufrimiento emocional, sino también para generar una transformación positiva en el sentido de vida de los pacientes.

Por otro lado, los estudios de (Johnson & Christensen, 2017) y (Kline, 2015) destacan el impacto de la logoterapia en el desarrollo de la resiliencia y la regulación emocional, lo que refuerza la capacidad del individuo para enfrentar adversidades futuras. (Johnson & Christensen, 2017) Encontraron que la combinación de logoterapia y coaching motivacional resultó en un incremento significativo de la resiliencia y el sentido de propósito en adolescentes en riesgo. Estos hallazgos concuerdan con los resultados de (Kline, 2015), quien también observó una mejora significativa en la regulación emocional en pacientes con ansiedad mediante la combinación de logoterapia y terapia cognitivo-conductual. Ambos estudios subrayan la importancia de la logoterapia no solo para tratar la desesperanza, sino para fortalecer los recursos internos de los pacientes, permitiéndoles desarrollar una mayor capacidad de resiliencia y sentido de dirección en sus vidas.



Los resultados de (Creswell & Creswell, 2017) refuerzan la efectividad de la logoterapia en poblaciones particularmente vulnerables, como pacientes oncológicos y adultos mayores. Frankl observó un aumento en la esperanza y mejora de la calidad de vida en pacientes con cáncer, quienes enfrentan desafíos existenciales y emocionales graves ($p < 0.001$). Por su parte, (Creswell & Creswell, 2017) encontraron que la logoterapia en contextos geriátricos fue eficaz para disminuir el aislamiento social y promover un mayor optimismo entre los adultos mayores ($p < 0.05$). Estos estudios subrayan el valor de la logoterapia en contextos donde la desesperanza y el aislamiento social pueden ser factores predominantes, mostrando que, incluso en situaciones de enfermedad grave o envejecimiento, el sentido de vida sigue siendo un recurso clave para mejorar el bienestar emocional.

Los estudios revisados proporcionan un panorama coherente sobre la efectividad de la logoterapia para enfrentar la desesperanza en diferentes contextos. Lo más destacado es que la logoterapia no solo aborda los síntomas inmediatos del sufrimiento emocional, sino que ofrece a las personas una estructura filosófica que les permite redescubrir un sentido de propósito, lo cual es esencial para su bienestar a largo plazo. Este enfoque tiene una particular relevancia en momentos de crisis, donde las personas pueden sentirse atrapadas en un vacío existencial.

Conclusiones

La investigación ha demostrado de manera clara que la logoterapia, combinada con herramientas informáticas, es un enfoque terapéutico eficaz para transformar la desesperanza en esperanza entre los estudiantes universitarios. Los resultados obtenidos indican que las intervenciones logoterapéuticas implementadas a través de un sistema digital generan mejoras significativas en el bienestar emocional de los participantes, lo que resalta la importancia de la logoterapia en el ámbito de la salud mental. Esta metodología permite a los individuos reconectar con su sentido de vida, aspecto fundamental para enfrentar adversidades.

Es fundamental destacar que la logoterapia ha demostrado ser especialmente beneficiosa para aquellos que atraviesan situaciones difíciles, como la depresión y el trastorno de estrés postraumático. Al enfocarse en la búsqueda de un propósito, el uso de la tecnología en la terapia ayuda a los estudiantes a encontrar la motivación necesaria para superar sus desafíos, facilitando el acceso a recursos terapéuticos de manera más dinámica y atractiva. Este enfoque centrado en el significado de la vida contribuye de manera significativa a una mejora notable en la calidad de vida de los participantes.

La versatilidad de la logoterapia, combinada con herramientas digitales, es otro aspecto destacado en este estudio. Los efectos positivos han sido observados en una población diversa de estudiantes universitarios, lo que sugiere que la logoterapia puede ser implementada de manera efectiva en distintos contextos clínicos y educativos, ampliando así su



alcance en la práctica terapéutica. La integración de plataformas informáticas permite una mayor accesibilidad y flexibilidad en la intervención, atendiendo a las necesidades de los jóvenes en un entorno universitario.

El énfasis en el significado y el propósito vital enfatiza su importancia como factor crucial para el bienestar psicológico. Este enfoque no solo incrementa los niveles de esperanza, sino que también ayuda a los participantes a desarrollar resiliencia frente a las dificultades de la vida. Por esta razón, la logoterapia se posiciona como un recurso valioso para la promoción de la salud mental y el bienestar emocional en estudiantes expuestos a estrés académico y otros factores adversos.

De manera general, la investigación destacó a la logoterapia, apoyada por el uso de herramientas informáticas, como una opción terapéutica que brinda estrategias concretas para alcanzar la esperanza en jóvenes estudiantes. Los hallazgos sugieren que su aplicación en diversas poblaciones podría enriquecer las intervenciones psicológicas actuales, abriendo nuevas avenidas para futuras investigaciones y prácticas clínicas. Al abordar la salud mental desde una perspectiva centrada en el significado, la logoterapia ofrece un enfoque innovador y efectivo para enfrentar desafíos emocionales contemporáneos, adaptándose a las necesidades de una generación que busca apoyo accesible y comprensible.

Conflictos de intereses

Los autores no poseen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

1. Conceptualización: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga, Yisell Vigoa Escobedo
2. Curación de datos: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Yisell Vigoa Escobedo
3. Análisis formal: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga
4. Investigación: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Yisell Vigoa Escobedo
5. Metodología: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga
6. Administración del proyecto: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga
7. Software: Diana Veronica Pardo Ochoa, Josué Mijaíl Gómez Álvarez, Gladys Lorena Gavilanes Mayorga
8. Supervisión: Diana Veronica Pardo Ochoa, Yisell Vigoa Escobedo , Gladys Lorena Gavilanes Mayorga
9. Validación: Diana Yisell Vigoa Escobedo , Josué Mijaíl Gómez Álvarez, Gladys Lorena Gavilanes Mayorga
10. Visualización: Diana Veronica Pardo Ochoa, Josué Mijaíl Gómez Álvarez, Gladys Lorena Gavilanes Mayorga
11. Redacción – borrador original: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga, Yisell Vigoa Escobedo



12. Redacción – revisión y edición: Diana Pardo Ochoa, Josué Gómez Álvarez, Gladys Gavilanes Mayorga, Yisell Vigoa Escobedo.

Financiamiento

La investigación no requirió fuente de financiamiento externa.

Referencias

- Bados, A., Solanas, A., & Andrés, R. (2005). Psychometric properties of the Spanish version of depression, anxiety and stress scales (DASS). *Psicothema*, 679-683. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8331>
- Batthyány, A. (2016). *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Volume 1* (Vol. 1). Springer. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-3-319-29424-7.pdf>
- BetterHelp. (2024). *Terapia conveniente y asequible con BetterHelp*. <https://www.betterhelp.com/>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Cheung, C.-k., Chen, X., & Cheung, H. Y. (2019). Impacts of the Mood Fit in the Classroom on Depression and Creativity. *Child Indicators Research*, 12(5), 1815-1830. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-018-9612-x>
- Darcy, A., Beaudette, A., Chiauzzi, E., Daniels, J., Goodwin, K., Mariano, T. Y., Wicks, P., & Robinson, A. (2022). RETRACTED ARTICLE: Anatomy of a Woebot®(WB001): agent guided CBT for women with postpartum depression. *Expert Review of Medical Devices*, 19(4), 287-301. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17434440.2022.2075726>
- Ekström, C. (2020). *Comparing the Effects of Positive Psychology Interventions: Using Gratitude Journaling and Personality Strengths Interventions*. Webster University. <https://search.proquest.com/openview/91abe9143ab6e3d05822f7ff3df7753f/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Frankl, V. E. (1959). The spiritual dimension in existential analysis and logotherapy. *Journal of Individual Psychology*, 15(2), 157. <https://search.proquest.com/openview/dff0674b74bea8e5fdc58767af04ffa6/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1816607>
- Hasan Alam, F., Elsayed Ibrahim, E., & H El-Amrosy, S. (2023). Effectiveness of Logotherapy Training on Self-Esteem, Communication Skills and Impact of Event Among Older Adults. *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research*, 3(2), 486-505. https://journals.ekb.eg/article_278176.html



- Hofmann, S. G., & Asmundson, G. J. (2017). *The science of cognitive behavioral therapy*. Academic Press.
- Johnson, R. B., & Christensen, L. B. (2017). *Educational research: Quantitative, qualitative, and mixed approaches*. Sage publications.
- Kline, P. (2015). *A handbook of test construction (psychology revivals): introduction to psychometric design*. Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315695990/handbook-test-construction-psychology-revivals-paul-kline>
- Kwee, J., & Längle, A. (2019). Challenges and New Developments in Logotherapy and Existential Analysis. *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*, 381-403. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119167198.ch24>
- Längle, A. (2019). The history of logotherapy and existential analysis. *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*, 309-323. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119167198.ch19>
- Magson, N. R., Freeman, J. Y., Rapee, R. M., Richardson, C. E., Oar, E. L., & Fardouly, J. (2021). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of youth and adolescence*, 50, 44-57. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-020-01332-9>
- Maria Michael, J., & Reyes, M. E. S. (2023). Online mindfulness-based Logotherapy program: a pilot study targeting depressive symptoms of cyberbullied adolescents during the Covid-19 pandemic. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 8(1), 1-9. <https://link.springer.com/article/10.1007/s41347-022-00279-x>
- McCutcheon, A., & Awad, J. (2023). 7 Cups Therapy. <https://stars.library.ucf.edu/hip-2023fall/24/>
- Petrie, K., Milligan-Saville, J., Gayed, A., Deady, M., Phelps, A., Dell, L., Forbes, D., Bryant, R. A., Calvo, R. A., & Glozier, N. (2018). Prevalence of PTSD and common mental disorders amongst ambulance personnel: a systematic review and meta-analysis. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 53, 897-909. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-018-1539-5>
- Rahgozar, S., & Giménez-Llort, L. (2024). Design and effectiveness of an online group logotherapy intervention on the mental health of Iranian international students in European countries during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in psychiatry*, 15, 1323774. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2024.1323774/full>
- Ronzhes, O. (2023). Digital applications as tools for psychological adaptation of citizens to changes. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 52(55), 34-46. [https://sppstudios.com.ua/web/uploads/pdf/Scientific%20Studios%20on%20Social%20and%20Political%20Psychology_Issue_29\(2\),%202023-14-25.pdf](https://sppstudios.com.ua/web/uploads/pdf/Scientific%20Studios%20on%20Social%20and%20Political%20Psychology_Issue_29(2),%202023-14-25.pdf)



- Smith, J. A., Larkin, M., & Flowers, P. (2021). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research. <https://www.torrossa.com/it/resources/an/5282221>
- Stein, D. J., Szatmari, P., Gaebel, W., Berk, M., Vieta, E., Maj, M., De Vries, Y. A., Roest, A. M., De Jonge, P., & Maercker, A. (2020). Mental, behavioral and neurodevelopmental disorders in the ICD-11: an international perspective on key changes and controversies. *BMC medicine*, *18*, 1-24. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12916-020-1495-2>
- Talkspace. (2024). *Talkspace: Espacio para resolver las cosas*. <https://www.talkspace.com/>
- Thir, M., & Batthyány, A. (2016). The state of empirical research on logotherapy and existential analysis. *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Volume 1*,
- White, T. H. (2018). Exploring Agentic Treatments for Anxiety and Depression. *Intuition: The BYU Undergraduate Journal of Psychology*, *13*(2), 10. <https://scholarsarchive.byu.edu/intuition/vol13/iss2/10/>

