

# **Trastornos Depresivos: La Percepción del Tiempo**

Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Facultad de Psicología y Logopedia

Universidad de La Laguna

Curso 2019-2020

Alumna: Marta Barreiro Jiménez

Tutores: María Concepción Cristina Ramos Pérez y Pablo García Medina

## RESUMEN

**Antecedentes:** La percepción del tiempo es un concepto fenomenológico poco abordado en psicopatología. Sin embargo, tiene efectos notables en la calidad de vida y en la salud de los pacientes. Concretamente, en los trastornos depresivos juega un importante papel ya que la orientación al pasado negativo, propio de los trastornos afectivos, se asocia con ideación suicida. Este trabajo tiene como objetivo analizar si hay diferencias en la percepción del tiempo entre personas diagnosticadas de trastornos depresivos y otras sin psicopatología.

**Método:** Se realizó una búsqueda bibliográfica en 3 bases de datos (PubMed, SCOPUS y Web of Science) para obtener artículos que trataran la percepción del tiempo en pacientes diagnosticados de trastornos depresivos. Se obtuvieron un total de 13 artículos.

**Resultados:** De los 13 artículos, dos de ellos no mostraron diferencias en la percepción del tiempo. Sin embargo, los 11 restantes sí que las encontraron.

**Conclusión:** Los resultados son contradictorios respecto a si hay diferencias significativas en la percepción del tiempo entre personas con depresión y aquellas que no la tienen. Esto puede deberse a la falta de metodología para su evaluación o a la no distinción entre la estimación temporal y la experiencia subjetiva de la percepción del tiempo.

**Palabras clave:** percepción del tiempo, trastornos depresivos, depresión, psicopatología.

## ABSTRACT

**Background:** Time perception is a phenomenological concept. However, it has several effects on the quality of life and health of patients, including mental health. Specifically, it plays an important role in depressive disorders because a negative past is associated with suicidal ideas. The aim is to analyze if there are differences in the perception of time between people diagnosed with depressive disorders and others without psychopathology.

**Methods:** A search was performed in 3 electronic databases (PubMed, SCOPUS and Web of Science) in order to search papers related with time perception in patients diagnosed with depressive disorders. As a result of the search, 13 studies were identified.

**Results:** Of the 13 articles, two of them showed no difference in time perception. However, the remaining 11 did find them.

**Conclusion:** It could not be concluded that there are significant differences in the perception of time between people with depression and people who do not have it. This may be due to the lack of methodology for its evaluation or the non-distinction between temporal estimation and the subjective experience of time perception.

**Keywords:** time perception, depressive disorders, depression, psychopathology.

## ÍNDICE

|   |    |
|---|----|
| Marco Teórico.....  | 5  |
| Pregunta de investigación.....  | 11 |
| Objetivos.....  | 11 |
| Método.....   | 12 |
| - Criterios de selección para limitar la búsqueda.....                        | 12 |
| - Procedimiento de recuperación de la información y fuentes documentales..... | 13 |
| - Resultados de la búsqueda y selección de documentos.....                    | 15 |
| Resultados.....   | 16 |
| Discusión.....  | 27 |
| Conclusiones.....   | 31 |
| Referencias bibliográficas.....   | 32 |

## MARCO TEÓRICO

La concepción de tiempo y espacio es algo universal, nos afecta a todos nosotros y ninguna sensación o representación sucede en ausencia de estos. La vivencia espacio-temporal es continua, no puede abandonarse ya que la percibimos por medio de los objetos, pero al mismo tiempo sin ellos. Ambos conceptos se encuentran íntimamente relacionados y a su vez nuestra vivencia de ellos es diferente (Jaspers, 1993).

Durante siglos, la concepción de la naturaleza del tiempo y su papel en la conciencia ha sido uno de los temas más abordado dentro del ámbito de la filosofía (Roeckelin, 2000). El ser humano es la única especie, con la salvedad de algunos primates y delfines, que tiene un claro manejo cognitivo del sentido del tiempo. La percepción del pasado, presente y futuro le ha permitido conservar los recuerdos, manejar el presente y planificar el futuro (Malo, Medrano y Uriarte, 2012).

Desde el siglo XIX, los psicólogos se han incorporado a este debate destacando que la percepción del tiempo es uno de los elementos fundamentales de la cognición que da sentido a las vivencias (James, 1890), permitiendo autorregular el comportamiento presente y anticipar el futuro (Lewin, 1942).

La percepción del tiempo está basada en estudios y resultados muy diversos (Thiébaud, 1998). Aunque, tras una revisión de la literatura, se podría pensar que actualmente la fenomenología de la percepción del espacio y el tiempo ha quedado ligeramente en el olvido en la investigación en psicopatología. Concretamente, la percepción del tiempo ha sido poco abordada a pesar de ser un concepto que esta presente en nuestro día a día. La influencia del pasado, presente y futuro en la vida afecta a la salud y el bienestar de las personas. Sería importante considerar el efecto que tiene el vivenciar del tiempo en personas con trastornos

mentales para conocer así el impacto que pueda tener en la calidad de vida y en el agravamiento de la sintomatología (Buela-Casal y Oyanadel, 2014).

Desde un punto de vista operativo, pueden diferenciarse dos conceptos temporales fundamentales y relacionados entre sí (Holman y Silver, 1998). Por un lado, la *perspectiva temporal*, caracterizada por la distancia cognitiva a la que se sitúan las experiencias vividas y las metas (Nuttin, 1985). Por el otro, la *orientación temporal*, que es la tendencia diferencial del sujeto a estar centrado en el pasado, presente o futuro (Lewin, 1942; Boyd y Zimbardo, 1999).

Según Boyd y Zimbardo (1999) la percepción del tiempo es la actitud hacia el pasado, presente y futuro y es asimilado en el constructo de la personalidad ya que sostienen que constituiría un estilo disposicional relativamente estable. Estos marcos temporales permitirían codificar, organizar y recordar experiencias pasadas y presentes, así como construir nuevas metas, expectativas y escenarios futuros. Estos autores proponen 5 dimensiones de orientación temporal:

- El *pasado negativo*, es la actitud pesimista respecto al pasado relacionado con eventos traumáticos.
- El *pasado positivo*, la visión nostálgica y sentimental del pasado personal.
- El *presente hedonista*, asociado a la satisfacción de deseo sin contemplar riesgos o consecuencias futuras.
- El *presente fatalista*, como falta de esperanza en el futuro y sentimientos de que las experiencias son incontrolables por causas externas.
- El *futuro*, en el que predominan las recompensas por eventos que ocurren como producto de los logros específicos a largo plazo.

Estos factores son evaluados mediante el cuestionario “*Zimbardo Time Perspective Inventory*” (ZTPI). Este instrumento trata de superar las limitaciones de las medidas de la orientación temporal por medio de una evaluación de las diferentes dimensiones temporales que no sólo se refieren al pasado, presente y futuro, sino también a su valencia afectiva.

Para Boyd y Zimbardo, el criterio de salud estaría en la perspectiva equilibrada del tiempo (“*A Balance Time Perspective*”). Esto permitiría considerar los diferentes marcos temporales en su conjunto, de acuerdo con las demandas situacionales para lograr así la denominada *competencia temporal* (Zaleski, 1994) y un sentido del yo más realizado (Erikson, 2000). Para ello, habría que puntuar moderado o alto en pasado positivo, presente hedonista y futuro; y bajo en pasado negativo y presente fatalista. Sin embargo, este equilibrio puede alterarse cuando una de las orientaciones temporales tiene un mayor peso o es utilizada con más frecuencia, lo que para Boyd y Zimbardo (1999) constituiría un estilo disposicional relativamente estable.

Los mismos autores señalan que los resultados en diferentes estudios indican que el ZTPI es un instrumento fiable y válido para diferentes entidades, como la depresión, búsqueda de sensaciones o la responsabilidad. Así mismo, la orientación presente y futura son las dos variables más importantes en la predicción del consumo de sustancias conjuntamente a otras 13 variables de personalidad teóricamente relacionadas (Keough, Zimbardo y Boyd, 1999). La orientación al pasado es una variable en la explicación de los efectos a largo plazo de vivencias traumáticas (Holman y Silver, 1998) y la orientación futura es un magnífico predictor de las conductas de prevención de salud (Rothspan y Read, 1996).

En un estudio realizado por (Buela-Casal y Oyanadel, 2010) se utilizó el cuestionario ZTPI en la versión en castellano (Díaz-Morales, 2006) y el Cuestionario de Salud SF-36 en castellano (Alonso, Prieto y Antó, 1995) mediante el que se evaluaban 8 dimensiones de salud (función y rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y

salud mental). Concluyó que los participantes con un equilibrio en su orientación temporal presentan una mejor salud en 6 de las 8 dimensiones evaluadas, incluyendo la salud mental.

Otro estudio de Buela-Casal y Oyanadel (2017) tenía como objetivo evaluar si el perfil temporal equilibrado y el temporal negativo influyen en indicadores de salud. Para ello, se utilizó el ZTPI en castellano (Díaz-Morales, 2006) junto con otros cuestionarios que evaluaban la calidad de vida como son: la Escala de Somnolencia de Stanford en su versión adaptada en España (Buela-Casal y Sierra, 2001), el Cuestionario de Salud SF-36 en población chilena (Olivares, 2006), La Escala de Desesperanza de Beck en castellano (García Portilla, 2008) y algunos indicadores de salud.

Los resultados mostraron que el pasado negativo y el presente fatalista son las dimensiones que se relacionan más negativamente con indicadores de salud. Estas dimensiones implican disminuciones de salud física y mental junto con expectativas negativas y desesperanza. Esto equivale a un elevado riesgo ya que el pasado negativo se asocia con ideación suicida. Además, se comprobó que las personas con perfil de perspectiva equilibrada del tiempo presentan mejor salud que quienes tienen un perfil negativo.

Los mismos autores del estudio anterior (2014) investigaron la diferencia que existía entre personas con diferentes trastornos mentales graves y personas sin psicopatología en medidas de orientación y estimación del tiempo. Emplearon los mismos instrumentos mencionados precedentemente. Uno de los trastornos que obtuvo más puntuaciones significativas en comparación con el grupo saludable fue la depresión mayor. Estos pacientes obtuvieron puntuaciones significativamente altas en pasado negativo, presente fatalista y presente hedonistas, mientras que se detectaron puntuaciones significativamente bajas en pasado positivo. Además, el factor de perspectiva equilibrada del tiempo fue significativamente mayor en el grupo de personas saludables que en el grupo de personas con depresión mayor.



Estos resultados muestran que existen diferencias significativas entre las personas con psicopatología y las personas que no las tienen y que la percepción del tiempo juega un importante papel en las personas con psicopatología grave. Además, considera que sería importante evaluar el perfil temporal para poder establecer estrategias que permitan acercar a estos pacientes a un perfil de tiempo más equilibrado y así mejorar su calidad de vida. Sin embargo, el estudio no incluye si los resultados se mantendrían igual o si varía tras el tratamiento.

Tras los resultados obtenidos en el estudio de Buela-Casal y Oyanadel (2014) se podría pensar que los trastornos mentales que pueden tener mayor relevancia en la percepción del tiempo son los trastornos afectivos, concretamente los trastornos depresivos. Es una experiencia generalizada que los estados emocionales nos afectan en la forma de valorar el pasado, presente y futuro teniendo mayor relevancia en los episodios depresivos mayores. Los instrumentos para medir la percepción del tiempo podrían ayudarnos a conocer la situación de cada paciente en este sentido y diseñar estrategias terapéuticas que de una forma directa o indirecta puedan modificar esa percepción. Así mismo, estos instrumentos nos ayudarían a ver la evolución y respuesta en estos pacientes.

Los trastornos depresivos se encuentran entre las enfermedades más extensas y mortales a nivel mundial ya que producen altos porcentajes de discapacidad ya sea de forma temporal o permanente y muertes por suicidio (McLaughlin, 2011). A nivel global, aproximadamente 350 millones de personas, sufren depresión y alrededor del 60% de estos individuos no reciben ayuda necesaria (Schulz, Arora, 2015). Las personas diagnosticadas de depresión mayor pueden presentar una gran variedad de síntomas en función de su gravedad, pero los más comunes son: un aspecto simple y apático, discurso pesimista, ánimo bajo, pensamientos de muerte, síntomas ansiosos, bajo apetito, libido disminuida, insomnio y buen juicio de enfermedad (Molero y Pereira, 2019).

En un estudio de Shahnaz, Saffer, y Klonsky (2019) sobre el suicidio se utilizó el cuestionario Youth Risk Behavior Survey—Suicide Screening Questionnaire (Brenner et al., 2002; Kolbe et al., 1993) junto al ZTPI entre otros. Tras la investigación, se concluyó que la orientación hacia el pasado positivo fue elevada entre los participantes que no habían tenido ni ideación ni intentos de suicidio; y la orientación hacia el pasado negativo fue mayor en los participantes con ideas de suicidio.

Podemos extraer, a partir de los trabajos de este marco teórico, que la percepción del tiempo es un concepto a tener en cuenta en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales. Tiene efectos notables en la calidad de vida y en la salud de los pacientes. Concretamente, en los trastornos depresivos juega un importante papel ya que la orientación al pasado negativo se asocia con ideación suicida. Es por ello la importancia de la investigación sobre el tema.

## PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Hay diferencias en la percepción del tiempo entre personas con trastornos depresivos y personas sin psicopatología?
- ¿Cuáles son estas diferencias?
- ¿Afecta la diferencia en la percepción del tiempo en la calidad de vida de personas con trastornos depresivos?

## OBJETIVOS

El objetivo principal de este estudio es analizar si hay diferencias en la percepción del tiempo entre personas diagnosticadas de trastornos depresivos y otras sin psicopatología.

Para alcanzar dicho objetivo, los objetivos secundarios son:

- Comparar la percepción del tiempo entre personas sin psicopatología y personas diagnosticadas de trastornos depresivos
- Describir la percepción del tiempo en personas con trastornos depresivos
- Comparar el nivel de calidad de vida entre personas con diferencias en la percepción del tiempo diagnosticadas de trastornos depresivos.

## MÉTODO

- Criterios de selección

Para la selección de los documentos se tuvieron en cuenta una serie de criterios de inclusión y exclusión. Se utilizó un criterio temporal entre 2013 hasta 2020, ya que se considera que el conocimiento científico tiende a renovarse por periodos de siete años (Amezcu, 2015); otro criterio de selección fue el idioma que incluía español e inglés y el criterio en el tipo de documento, que contuvo artículos y revisiones. Además, debían tratarse de documentos en los que los participantes de la investigación estuviesen diagnosticados de trastornos depresivos. No se discriminó por tipo de población, sexo o edad.

No se incluyeron investigaciones realizadas en animales ni aquellas en las que los sujetos con depresión tuviesen patologías asociadas.

Tabla 1

*Criterios de inclusión y exclusión para la búsqueda.*

| <b>CRITERIOS DE INCLUSIÓN</b>   | <b>CRITERIOS DE EXCLUSIÓN</b>  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Criterio temporal de 2013 hasta 2020</li> <li>- Idioma español e inglés</li> <li>- Artículos y revisiones</li> <li>- Muestra de pacientes diagnosticados de trastornos depresivos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Investigaciones en animales</li> <li>- Muestra de pacientes con patologías asociadas a depresión</li> </ul> |

- Procedimiento de recuperación de la información y fuentes documentales

La búsqueda de los artículos se realizó a través de 3 bases de datos electrónicas. La primera es PubMed que permite consultar literatura de MEDLINE. Las otras dos se encuentran recogidas por la Fundación Española para la Ciencia y Tecnología, que incluye las bases de datos SCOPUS (propiedad de Elsevier) y Web Of Science (WOS) (propiedad de Clarivate Analytics).

Para la selección de los términos, se utilizó la herramienta MeSH (Medical Subject Headings). Recoge el vocabulario controlado de la Biblioteca Nacional de Medicina de USA. Los resultados fueron “time perception”, “depressive disorder” y “depression”. Además, se incluyó el término libre “time perspective”.

Figura 1

*Estrategia de búsqueda de PudMed*

("time perspective" [tiab] OR "time perception" [tiab]) AND ("depressive disorder" [tiab] OR "depression"[tiab])  
 RESULTS BY YEAR: 2013-2020

Figura 2

*Estrategia de búsqueda de Web of Science*

You searched for: TOPIC: (( ("time perspective" OR "time perception") AND ("depressive disorder" OR depression) ))  
Refined by: DOCUMENT TYPES: (ARTICLE OR REVIEW)  
Timespan: 2013-2020.

Figura 3

*Estrategia de búsqueda de SCOPUS*

TITLE-ABS-KEY ( ("time perspective" OR "time perception" ) AND ( "depressive disorder" OR depression ) ) AND DOCTYPE ( ar OR r )  
AND PUBYEAR > 2012 AND ( LIMIT TO ( LANGUAGE , "English" ) )

Los calificadores que se han añadido a las distintas búsquedas son: [tiab] para indicar que las palabras se incluyan en el título y/o en el resumen, “AND” para que se presenten ambos conceptos relacionados, “OR” para que se incluyan los artículos que contiene un término o el otro y las comillas para que aparezcan juntos.

- Resultados de la búsqueda y selección de documentos

En la base de datos PubMed se obtuvieron 55 resultados, en WOS 152 y en SCOPUS 156. La selección de los artículos se realizó en dos fases:

- Fase 1

Se atendió al título y al resumen. Se excluyeron aquellos que no cumplían con todos los criterios de inclusión propuestos. Se seleccionaron 10 artículos en la base de datos PubMed, 15 en Web of Science y 18 en SCOPUS; todos ellos en inglés. Posteriormente, fueron

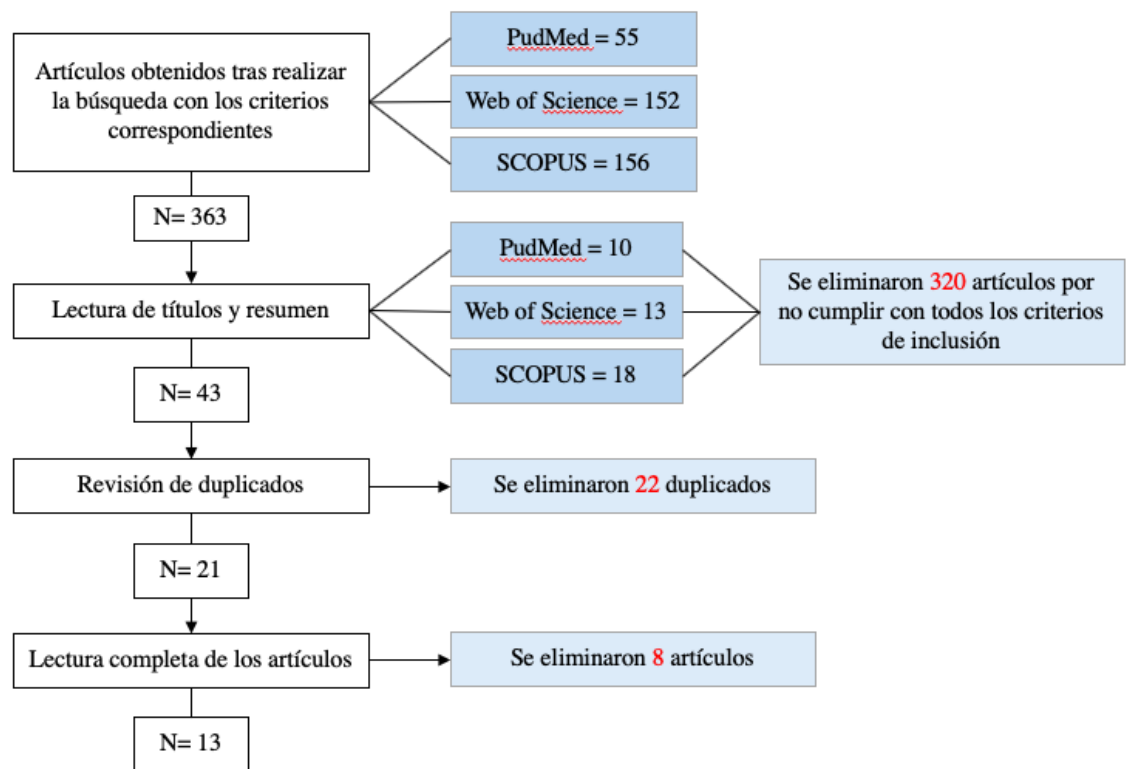
examinados para eliminar los duplicados. Finalmente, se obtuvieron 21 que pasaron a la siguiente fase.

- Fase 2

Se realizó una lectura del artículo completo. Finalmente, se seleccionaron 13 de los que se obtuvieron los resultados de este trabajo que se exponen a continuación.

Figura 4

*Diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica*



## RESULTADOS

La información que se extrajo de cada artículo queda registrada en tres tablas. La primera recoge los “datos generales” que incluye el título, el autor, la fecha de publicación, la base de datos de la que se obtuvo y los objetivos del estudio. En la segunda tabla, se incluyen los “datos descriptivos” que son la muestra con la que se realizó el estudio y los instrumentos

empleados. La tercera y última, contiene los “datos extraídos”, es decir, los resultados y las conclusiones.

Tabla 2

*Datos generales de los artículos.*

| <b>Título</b>   | <b>Autor/es</b>                                     | <b>Fecha de publicación</b> | <b>Objetivos</b>  |
|---|---|-----------------------------|---|
| Distorsión de la percepción del tiempo en los trastornos neuropsiquiátricos y neurológicos. | Teixeira, S., et al.                                | 2013                        | Realizar una revisión para explorar las relaciones neurobiológicas desde la perspectiva clínica, examinando la capacidad de sincronización en pacientes con diferentes afecciones neurológicas y psiquiátricas. |
| Percepción del tiempo, emociones y trastornos del estado de ánimo.                          | Droit-Volet, S.                                     | 2013                        | Realizar una revisión para exponer modelos recientes del reloj interno que representan la percepción del tiempo y observar cómo tratan de explicar las distorsiones de tiempo producidas por la emoción.        |
| El tiempo, la emoción y la personificación del tiempo.                                      | Droit-Volet, S., Fayolle, S., Lamotte, M. y Gil, S. | 2013                        | Describir los resultados de los artículos seleccionados y buscar cómo intentan explicar las distorsiones temporales producidas por la emoción.  |
| La depresión no afecta la percepción del tiempo ni la estimación del tiempo de contacto.    | Oberfeld, D., Thönes, S., Palayoor, B. y Hecht, H.  | 2014                        | Demostrar que la depresión no afecta a la percepción del tiempo.  |

| <b>Título</b>  | <b>Autor/es</b>                | <b>Fecha de publicación</b> | <b>Objetivos</b>  |
|--|--------------------------------|-----------------------------|---|
| Percepción del tiempo y psicopatología: influencia de la perspectiva del tiempo en la calidad de vida de las enfermedades mentales graves. | Buela-Casal, B. y Oyanadel, C. | 2014                        | Comparar personas con trastorno mental grave y personas saludables en medidas de orientación y estimación temporal y evaluar si el perfil temporal influye en su calidad de vida.   |
| Percepción del tiempo en la depresión: un metanálisis.   | Thönes, S. y Oberfeld, D.      | 2015                        | Estudiar los efectos potenciales de la depresión en los juicios de duración mediante cuatro tareas diferentes de percepción del tiempo: estimación verbal del tiempo, producción del tiempo, reproducción del tiempo y discriminación de la duración. |
| Experiencias temporales anormales en la depresión mayor: un estudio empírico cualitativo.  | Stanghellini, G. et al.        | 2016                        | Proporcionar un análisis cualitativo de narraciones de experiencias temporales de personas afectadas por depresión mayor.   |
| Perturbaciones en la temporalidad: percepciones de la psiquiatría fenomenológica.  | Moskalewicz, M.                | 2016                        | Cortar experiencias perturbadas del tiempo de pacientes con distintos trastornos desde una perspectiva fenomenológica.  |



| <b>Título</b>   | <b>Autor/es</b>   | <b>Fecha de publicación</b> | <b>Objetivos</b>  |
|---|---|-----------------------------|---|
| Percepción del tiempo en pacientes ansiosos y deprimidos: una comparación entre la reproducción del tiempo y las tareas de producción del tiempo.         | Mioni, G., Stablum, F., Prunetti, E. y Grondin, S.          | 2016                        | Investigar la percepción del tiempo en grupos de pacientes ansiosos y deprimidos y sujetos no clínicos.   |
| Experiencia perturbada del tiempo en depresión: evidencia del análisis de contenido.  | Vogel, D., Krämer, K., Schoofs, T., Kupke, C. y Vogeley, K. | 2018                        | Investigar las perturbaciones de la experiencia del tiempo en el trastorno depresivo mayor.   |
| Dilatación y aceleración del tiempo en la depresión.  | Kenta, L., Van Doorna, G. y Kleinb, B.                      | 2019                        | ¿Por qué las personas deprimidas sobreproducen duraciones cortas y subproducen duraciones más largas si su experiencia es que el tiempo fluye lentamente?                 |
| Diferencias de perspectiva temporal entre pacientes deprimidos y participantes no deprimidos, y sus relaciones con los síntomas depresivos y de ansiedad. | Lefèvre, H. et al.  | 2019                        | Investigar las diferencias de la percepción del tiempo entre pacientes deprimidos y participantes no deprimidos, y su relación con los síntomas depresivos y de ansiedad. |

| <b>Título</b>   | <b>Autor/es</b>                | <b>Fecha de publicación</b> | <b>Objetivos</b>   |
|---|--------------------------------|-----------------------------|--|
| Anhelos del mañana:<br>fenomenología,<br>psicología<br>cognitiva y las<br>bases<br>metodológicas<br>para explorar la<br>experiencia del<br>tiempo en la<br>depresión. | Cavaletti, F. y<br>Heimann, K. | 2020                        | Argumentar que la<br>inconsistencia de los<br>hallazgos de la percepción<br>del tiempo en depresión se<br>produce por haber<br>empleado métodos<br>inconsistentes para su<br>valoración. |

Tabla 3

*Datos descriptivos de los artículos.*

| <b>Título</b>  | <b>Muestra</b>  | <b>Instrumento</b>  |
|--|---|---|
| Distorsión de la<br>percepción del tiempo<br>en los trastornos<br>neuropsiquiátricos y<br>neurológicos.  | Selección de artículos<br>revisados.  | Análisis de artículos para una<br>revisión bibliográfica en<br>distintas bases de datos.  |
| Percepción del tiempo,<br>emociones y trastornos<br>del estado de ánimo.   | Selección de artículos<br>revisados.  | Análisis de artículos para una<br>revisión bibliográfica.   |
| El tiempo, la emoción y<br>la personificación del<br>tiempo.   | Selección de artículos<br>revisados.  | Análisis de artículos para una<br>revisión bibliográfica.   |
| La depresión no afecta<br>la percepción del<br>tiempo ni la estimación<br>del tiempo de contacto.  | Pacientes deprimidos (N = 22)<br>y controles sanos (N = 22).  | Tarea de acción cronometrada<br>(estimación de tiempo de<br>contacto).  |
| Percepción del tiempo y<br>psicopatología:<br>influencia de la<br>perspectiva del tiempo<br>en la calidad de vida de<br>las enfermedades<br>mentales graves. | La muestra clínica N=167.<br>Incluyó usuarios con cuatro<br>grupos de diagnóstico:<br>depresión mayor=70, Trastorno<br>bipolar=42, Esquizofrenia=30<br>y Trastorno de personalidad del<br>grupo B=25. | Zimbardo Time Perspective<br>Inventory (ZTPI), Health<br>indicators, Stanford Sleepiness<br>Scale, Health Questionnaire SF-<br>36, The Beck Hopelessness<br>Scale y un Sistema de<br>estimación temporal. |

| <b>Título</b>   | <b>Muestra</b>   | <b>Instrumento</b>  |
|---|--|---|
| Percepción del tiempo en la depresión: un metanálisis.  | 16 estudios previos sobre la percepción del tiempo en la depresión, que representan datos de 433 pacientes depresivos y 485 sanos.   | Modelo clásico de meta-regresión de efectos aleatorios y un modelo robusto de estimación de varianza.   |
| Experiencias temporales anormales en la depresión mayor: un estudio empírico cualitativo.   | 100 pacientes afectados por depresión mayor y 301 con esquizofrenia.   | Entrevista clínica semi-estructurada. Se les hicieron preguntas abiertas y posteriormente se les pidió que ofrecieran ejemplos descriptivos de sus experiencias, con respecto al tiempo, espacio, cuerpo y el yo. |
| Perturbaciones en la temporalidad: percepciones de la psiquiatría fenomenológica.   | El testimonio de pacientes con manía, fobia, esquizofrenia, depresión y adicción.  | Los ejemplos clínicos de temporalidades alteradas que se investigan provienen de estudios de dos psiquiatras fenomenológicos alemanes influyentes del siglo XX.   |
| Percepción del tiempo en pacientes ansiosos y deprimidos: una comparación entre la reproducción del tiempo y las tareas de producción del tiempo. | 20 pacientes (hombres=6) que sufren ansiedad, 18 con depresión (hombres=7) y 28 controles (hombres=12).  | Dos tareas temporales (reproducción y producción del tiempo).   |
| Experiencia perturbada del tiempo en depresión: evidencia del análisis de contenido.  | 25 pacientes ingresados en el Departamento de Psiquiatría del Hospital Universitario de Colonia. Los pacientes fueron incluidos si cumplían con el diagnóstico clínico de depresión mayor. | The Time Questionnaire  |
| Dilatación y aceleración del tiempo en la depresión.  | Selección de 4 estudios.   | Análisis de artículos para una revisión bibliográfica.  |

| <b>Título</b>   | <b>Muestra</b>  | <b>Instrumento</b>  |
|---|---|---|
| Diferencias de perspectiva temporal entre pacientes deprimidos y participantes no deprimidos, y sus relaciones con los síntomas depresivos y de ansiedad. | 45 pacientes diagnosticados con trastorno depresivo mayor se compararon con 43 no deprimidos. | Inventarios de autoinforme de perspectiva de tiempo (ZTPI), depresión (BDI-13) y ansiedad (STAI-Y). |
| Anhelos del mañana: fenomenología, psicología cognitiva y las bases metodológicas para explorar la experiencia del tiempo en la depresión.                | Selección de artículos revisados.   | Análisis de artículos para una revisión bibliográfica.  |

Tabla 4

*Datos extraídos de los artículos.*

| <b>Título</b>   | <b>Resultados</b>   | <b>Conclusiones</b>  |
|---|---|--|
| Distorsión de la percepción del tiempo en los trastornos neuropsiquiátricos y neurológicos. | Los pacientes con depresión tuvieron un error de estimación del tiempo más pronunciado acompañado de una sensación de malestar. Estos, reproducían intervalos largos correctamente y sobre reproducían los intervalos cortos. Algunos experimentos encontraron una sobreestimación de la duración del tiempo, mientras que otras investigaciones encontraron una subestimación. | La percepción del tiempo en poblaciones clínicas puede acelerar nuestra comprensión sobre los trastornos relacionados con el tiempo. Además, se pueden desarrollar herramientas diagnósticas y terapéuticas para tratar los mecanismos temporales alterados en pacientes con trastornos neuropsiquiátricos y neurológicos. |

| <b>Título</b>  | <b>Resultados</b>  | <b>Conclusiones</b>  |
|--|--|--|
| Percepción del tiempo, emociones y trastornos del estado de ánimo.                       | Los participantes clínicamente deprimidos en un estudio sobreestimaron duraciones superiores a 2 min en comparación con los controles, pero atribuyeron estos resultados a la falta de motivación para realizar la tarea. Además, para los pacientes con depresión mayor y melancolía, se encontró una discriminación de tiempo más pobre.   | Aún no se conocen los mecanismos por los cuales los trastornos del estado de ánimo influyen en la percepción del tiempo. Los estudios realizados nos permiten disociar claramente la conciencia explícita del tiempo (sentimientos subjetivos) de la percepción del tiempo.  |
| El tiempo, la emoción y la personificación del tiempo.                                   | Los pacientes deprimidos sienten una especie de desincronización entre su propio tiempo y el de los demás. Informan sistemáticamente de una desaceleración del tiempo. La depresión es, por lo tanto, un trastorno del estado de ánimo que cambia la experiencia subjetiva del tiempo.   | Hasta la fecha, los resultados de los estudios de percepción del tiempo en individuos con síntomas depresivos han sido inconsistentes y contradictorios, probablemente debido a la heterogeneidad de la muestra. Se requiere más investigación para mejorar nuestra comprensión de los efectos de los síntomas depresivos en los juicios temporales. |
| La depresión no afecta la percepción del tiempo ni la estimación del tiempo de contacto. | Las desviaciones de las estimaciones de los valores no revelaron diferencias entre los pacientes deprimidos y los controles sanos. Tampoco los errores relativos de las estimaciones de tiempo de contacto (TTC) diferían entre grupos. Hubo una tendencia débil hacia una mayor variabilidad de las estimaciones en pacientes deprimidos, pero solo en el TTC más corto y en las velocidades más rápidas. | Los datos no proporcionan evidencia de un efecto considerable de la depresión en la percepción del tiempo, ni en las tres tareas clásicas prospectivas de tiempo (estimación verbal, producción, reproducción), ni en la tarea de acción cronometrada, ni para un juicio retrospectivo.  |

| <b>Título</b>  | <b>Resultados</b>   | <b>Conclusiones</b>  |
|--|---|--|
| Percepción del tiempo y psicopatología: influencia de la perspectiva del tiempo en la calidad de vida de las enfermedades mentales graves. | Se verifica que la percepción del tiempo y la estimación difieren entre las personas sanas y aquellas con trastorno mental. Además, los pacientes con depresión se orientan más hacia el presente fatalista, el pasado negativo y el presente hedonista y menos al pasado positivo.                                       | Aquellos con enfermedades mentales graves difieren en la perspectiva y estimación del tiempo con respecto a las personas sanas. La perspectiva negativa pasada y la actitud pesimista presente se mantienen como características de toda la muestra clínica.               |
| Percepción del tiempo en la depresión: un metanálisis.   | Los pacientes depresivos perciben que el tiempo pasa menos rápido en relación con los sujetos control. Sin embargo, los análisis no mostraron efectos significativos de la depresión en las cuatro tareas de percepción del tiempo.   | La depresión tiene efectos medios en el flujo subjetivo del tiempo, mientras que los juicios de duración básicamente no se ven afectados.  |
| Experiencias temporales anormales en la depresión mayor: un estudio empírico cualitativo.  | De 100 pacientes con MDD, 96 informaron al menos 1 experiencia de tiempo anormal. Estas son el retraso vital, la experiencia de un estancamiento de los procesos vitales endógenos (37), la experiencia del presente y el futuro dominada por el pasado (29) y la experiencia del aflojamiento del flujo del tiempo (25). | Existe una estructura temporal intrínseca desordenada en los síntomas depresivos y puede tener implicaciones directas en la práctica clínica, especialmente en relación con el diagnóstico diferencial.  |
| Perturbaciones en la temporalidad: percepciones de la psiquiatría fenomenológica.  | La temporalidad no podría ser simplemente un síntoma de un trastorno dado, como la depresión o la adicción, sino que también, al formar un fondo preconsciente de experiencia, podría haberse convertido en constitutivo de un trastorno.   | Debemos establecer una noción de temporalidad primordial libre de valores, el mero hecho del paso del tiempo, que incluso si la actitud hacia el tiempo es perturbada, fragmentada y complicada, forma la base de cualquier interacción significativa entre mundo y el yo. |

| <b>Título</b>   | <b>Resultados</b>  | <b>Conclusiones</b>  |
|---|--|--|
| Percepción del tiempo en pacientes ansiosos y deprimidos: una comparación entre la reproducción del tiempo y las tareas de producción del tiempo. | La experiencia subjetiva del tiempo es diferente entre los sujetos que sufren ansiedad y trastornos depresivos, ya que perciben que el tiempo pasa más rápido o más lento que los sujetos no clínicos.   | Los déficits temporales observados en pacientes deprimidos en la tarea de producción en el tiempo sugieren específicamente que la fuente de su disfunción temporal puede localizarse a nivel del reloj interno.  |
| Experiencia perturbada del tiempo en depresión: evidencia del análisis de contenido.  | Las personas con trastorno depresivo mayor subjetivamente parecen haber perdido la capacidad de influir o cambiar el presente, lo que resulta en un futuro impersonal y bloqueado. El presente no tiene sentido, el pasado es invariablemente negativo, y el paso del tiempo se convierte en una prolongada continuidad. | Se pudo identificar una alteración específica del tiempo de vida y los síntomas clínicos correspondientes al trastorno depresivo mayor. Los hallazgos sugieren una probable especificación de subgrupos basados en la alteración del tiempo vivido, ya sea entre grados de severidad o síndromes depresivos genuinamente distintos. Se necesitará más investigación para investigar las implicaciones de estos resultados. |
| Dilatación y aceleración del tiempo en la depresión.  | En los pacientes depresivos, se ha objetivado una sobreestimación de intervalos cortos y una infraestimación de los períodos largos, en la forma de fluir del tiempo.  | Mientras que la experiencia dilatada se debe probablemente a la actividad en la red neural en modo predeterminado, el efecto de aceleración puede explicarse por la aparición intrusiva y automática de recuerdos negativos autobiográficos en la memoria a largo plazo, utilizada para la valoración de los intervalos largos.  |

| <b>Título</b>   | <b>Resultados</b>  | <b>Conclusiones</b>   |
|---|--|---|
| Diferencias de perspectiva temporal entre pacientes deprimidos y participantes no deprimidos, y sus relaciones con los síntomas depresivos y de ansiedad. | La percepción del tiempo se altera significativamente en pacientes deprimidos. Muestran una visión más negativa de su pasado, una perspectiva menos hedonista al presente y una perspectiva más fatalista en comparación con los no deprimidos.  | Estos resultados subrayan la importancia de considerar la percepción del tiempo (TP) en pacientes deprimidos y alientan un estudio en profundidad del tema.             |
| Anhelos del mañana: fenomenología, psicología cognitiva y las bases metodológicas para explorar la experiencia del tiempo en la depresión.                | La revisión de la psiquiatría fenomenológica muestra que el tiempo en la depresión no simplemente se ralentiza: sufre modificaciones profundas y no lineales basadas en el carácter vivido de la experiencia del tiempo en general, que probablemente no se capturen simplemente por una reducción de velocidad bajo circunstancias arbitrarias. | Plantea un método alternativo e innovador para explorar el alcance de los métodos ya existentes. Propone un método alternativo para ello: la entrevista fenomenológica. |

## DISCUSIÓN

Respecto al principal objetivo de este trabajo que ha sido analizar las diferencias que se producen en la percepción del tiempo en personas diagnosticadas de trastornos depresivos de aquellas que no la padecen, podemos afirmar que los resultados son contradictorios. La mayoría de los artículos de la revisión afirman que sí que existen dichas diferencias. Sin embargo, otros artículos dicen que los datos no proporcionan evidencia de un efecto considerable de la depresión en este fenómeno (Oberfeld et al., 2014) y que los análisis no muestran efectos significativos en ninguna de las cuatro tareas de percepción del tiempo



(estimación verbal, producción y reproducción del tiempo y discriminación de la duración) (Thönes y Oberfeld, 2015).

La contradicción entre los artículos puede deberse a la heterogeneidad de la población muestreada, así como del método de evaluación empleado. Muchos estudios utilizan muestras de pacientes clínicamente deprimidos, mientras que otros utilizan pacientes sanos con síntomas de depresión (Droit-Volet et al., 2013). Esto dificulta la comparación entre ellos, ya que la gravedad y duración del trastorno no es la misma. Además, la simplificación del concepto de percepción del tiempo ha podido llevar a los investigadores a desarrollar y emplear métodos que no hacen justicia a la complejidad del fenómeno y que, por ello, podrían no encontrar los resultados esperados (Cavaletti y Heimann, 2020).

Es fundamental desarrollar instrumentos precisos que midan este fenómeno. Se propone la *entrevista fenomenológica* como una técnica de entrevista y análisis. Primero se pide a los entrevistados que seleccionen una experiencia vivida pasada. En segundo lugar, deben volver a representarla para evocar unidades específicas de esa experiencia. Luego, son guiados a cambiar su atención para traer a la conciencia los aspectos aún no reflejados de dicha experiencia. Por último, se ayuda a los participantes a describir, a través de la verbalización, el curso de tiempo preciso de su experiencia en todas las dimensiones (Cavaletti y Heimann, 2020).

En la fase de análisis, se recopila, analiza y compara un número apropiado de entrevistas. Al hacerlo, es posible obtener patrones o estructuras generales que muestren las características de la acción o estado en cuestión (Cavaletti y Heimann, 2020). Sin embargo, para que sea una prueba de análisis efectiva, sería necesario obtener fiabilidad interjueces, partiendo de unos criterios de evaluación muy bien delimitados.

Continuando con las preguntas de investigación, respecto a las diferencias que se dan en la percepción del tiempo en pacientes con depresión, aún no se conocen los mecanismos

por los cuales los trastornos del estado de ánimo influyen en este fenómeno. (Droit-Volet, 2013).

Algunas investigaciones encontraron una sobreestimación de la duración del tiempo en la depresión, mientras que otras una subestimación (Teixeira et al., 2013). Se cree que, en los pacientes con depresión se produce una sobreestimación de intervalos cortos y una infraestimación de los períodos largos, en la forma de fluir del tiempo (Kenta et al., 2019). Además, se considera que la experiencia dilatada se debe probablemente a la actividad en la red neural con un modo predeterminado; mientras que la aceleración podría explicarse por la aparición intrusiva y automática de recuerdos negativos autobiográficos en la memoria a largo plazo, que es la utilizada para valorar esos intervalos largos.

Otro aspecto que destacar es la percepción subjetiva. Se considera que el tiempo en la depresión no simplemente se ralentiza o acelera, sino que sufre modificaciones profundas y no lineales, que probablemente no se capturan simplemente por una reducción de la velocidad (Cavaletti y Heimann, 2020). Algunos de los artículos describen que estos pacientes parecen haber perdido la capacidad de influir o cambiar el presente, lo que resulta en un futuro impersonal y bloqueado. Consideran que el presente no tiene sentido, el pasado es invariablemente negativo, y el paso del tiempo se convierte en una prolongada e inexorable continuidad (Vogel et al., 2018). Todo esto puede tener implicaciones directas en la práctica clínica, especialmente en relación con el diagnóstico diferencial (Stanghellini et al., 2016).

Haciendo referencia a la teoría de Zimbardo y Boys (1999) expuesta al inicio del trabajo, se verifica que los pacientes con depresión se orientan más hacia el presente fatalista, el pasado negativo y el presente hedonista y menos hacia el pasado positivo (Buela-Casal y Oyanadel, 2014), por lo que no cumplen con los criterios de la perspectiva equilibrada del tiempo y no logran la *competencia temporal*. Esto responde a la última pregunta de investigación y a la segunda parte del objetivo principal sobre si la percepción del tiempo

afecta en la calidad de vida de personas con trastornos depresivos. Al no cumplir con la perspectiva equilibrada del tiempo, la calidad de vida y la salud de estos pacientes se ve disminuida. Además, a esto se le suma el riesgo de que la orientación al pasado negativo puede estar relacionado con la ideación suicida.

## CONCLUSIONES

A pesar de que haya conclusiones contradictorias sobre si la percepción del tiempo es diferente entre las personas con depresión y aquellas que no la padecen, en lo sí que coinciden todos los artículos de esta revisión es que se necesitan más trabajos en la investigación sobre el tema en psicopatología en general y en la depresión en particular. Este concepto es una variable importante a considerar y a incluir en las pruebas de evaluación de los trastornos depresivos. De este modo, podría ser predictor del riesgo de suicidio, de la cronificación de los pacientes o de la calidad de vida de estos. Por último, se debería utilizar para trabajar a nivel psicoterapéutico como forma de modificar aspectos de rasgo-estado de los pacientes con alteraciones en esta esfera.

## Referencias

- Alonso, J., Prieto, L. y Antó, J. (1995). La versión española del SF-36 Health Survey (Cuestionario de Salud SF-36): un instrumento para la medida de los resultados clínicos. *Medicina Clínica* 104 (20), 771-776.
- American Psychological Association (2020). Guía resumen del Manual de Publicaciones con Normas APA. Recuperado 25/03/2020 en [www.normasapa.pro](http://www.normasapa.pro)
- Amezcu, M. (2015). Cómo estructurar un Trabajo Académico en la modalidad de Revisión de la Literatura. Gomerres [blog]. Recuperado 30/03/2020 de <http://index-f.com/gomerres/?p=993>
- Boyd, J. N. y Zimbardo P.G. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77 (6), 1271–1288.
- Brener, N. D., Kann, L., Kinchen, S. A, McManus, T., Ross. J. G. y Sundberg, E. C. (2002). Reliability of the 1999 Youth Risk Behavior Survey questionnaire. *Journal of Adolescent Health*, 31, 336–342.
- Buela-Casal, B. y Oyanadel, C. (2010). La percepción del tiempo: influencias en la salud física y mental. *Universitas Psychologica*, 10 (1), 149-161.
- Buela-Casal, B. y Oyanadel, C. (2014). Time perception and psychopathology: Influence of time perspective on quality of life of severe mental illness. *Mind, Brain and Behavior Reserch Center* 42 (3), 99-107.
- Buela-Casal, B. y Oyanadel, C. (2017). Percepción del tiempo y salud: la influencia del perfil temporal equilibrado (BTP) y el perfil temporal negativo (NTP) en la salud física y mental. *Revista Argentina de Clínica Psicológica* 16 (3), 296-306.
- Buela-Casal, G. y Sierra, J. C. (2001). Evaluación y tratamiento de los trastornos del sueño. *Manual de evaluación y tratamientos psicológicos* 393-438.

- Cavaletti, F. y Heimann, K. (2020). Longing for tomorrow: phenomenology, cognitive psychology, and the methodological bases of exploring time experience in depression. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*.
- Díaz-Morales, J. F. (2006). Estructura factorial y fiabilidad del Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo. *Psicothema* 18 (3), 565-571.
- Droit-Volet, S. (2013). Time perception, emotions and mood disorders. *Journal of Physiology* 107, 255–264. Paris: Francia.
- Droit-Volet, S., Fayolle, S., Gil, S. y Lamotte, M. (2013). Time, Emotion and the Embodiment of Timing. *Timing & Time Perception* 1, 99-126.
- Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado*. Paidós. Barcelona: España
- García-Portilla, M. P., Bascarán, M. T., Sáiz, P. A., Parellada, M., Bousoño, M. y Bobes, J. (2008). Banco de instrumentos básicos para la práctica clínica. *Ars Medica*. Barcelona: España.
- Holman, E. y Silver, R. (1998). Getting “stuck” in the past: temporal orientation and coping trauma. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (5), 1146-1163.
- James, W. (1890). *The principles of psychology* (2ª ed). Cosimo Classics. New York.
- Jasper, K. (1993). Vivencia del tiempo y del espacio. *Psicopatología General* 92-102 (2ª ed). Fondo de Cultura Económica. México.
- Kenta, L., Van Doorna, G. y Kleinb, B. (2019). Time dilation and acceleration in depression. *Acta Psychologica* 194, 77-86.
- Keough, K. A., Zimbardo, P. G., y Boyd, J. N. (1999). Who’s smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Journal of Basic and Applied Social Psychology* 21, 149–164.

- Kolbe, L. J., Kann, L., y Collins, J. L. (1993). Overview of the Youth Risk Behavior Surveillance System. *Public Health Reports* 108
- Lefèvre, H., Mirabel-Sarron, C., Docteur, A., Leclerc, V., Laszcz, A., Gorwood, P. y Bungener, C. (2019). Time perspective differences between depressed patients and non-depressed participants, and their relationships with depressive and anxiety symptoms. *Journal of Affective Disorders* 264, 320-326.
- Lewin, K. (1942). Time perspective and morale. *Civilian morale*.
- Malo, P., Medrano, J. y Uriante, J.J. (2012). *Psiquiatría Evolucionista: Una Introducción*. (1º Ed). Palma de Mallorca: España.
- McLaughlin, K. A. (2011). The public health impact of major depression: a call for interdisciplinary prevention efforts. *Prev Sci* 12 (4), 361-71.
- Mioni, G., Stablum, F., Prunetti, E. y Grondin, S. (2016) Time perception in anxious and depressed patients: A comparison between time reproduction and time production tasks. *Journal of Affective Disorders* 196, 154–163.
- Molero, P. y Pereira, V. (2019). Protocolo diagnóstico y terapéutico de la depresión. *Medicine*. 12 (86), 5070-4. Universidad de Granada.
- Moskalewicz, M. (2016). Disturbed temporalities. Insights from phenomenological psychiatry. *Time & Society* 0 (0) 1–19. Poznan University of Medical Sciences. Poznan: Poland.
- Nuttin, J. (1985). Future time perspective and motivation: theory and research method. *Hillsdal*.
- Oberfeld, D., Thönes, S., Palayoor, B. y Hecht, H. (2014). Depression does not affect time perception and time-to-contact estimation. *Frontiers in Psychology* 810 (5). Mainz: Alemania.
- Olivares, P. (2006). Estado de Salud de Beneficiarios del Sistema de Salud de Chile, 2004-2005. *Superintendencia de Isapres*, Departamento de Estudios y Desarrollo. Santiago de Chile.

- Roeckelin, J. (2000) *The concept of time in psychology*. Westport: Connecticut.
- Rothspan, S. y Read, S. (1996). Present versus future time perspective and HIV risk among heterosexual college students. *Health Psychology* 15, 131-134.
- Schulz P. E. y Arora G. (2015). Depression. Continuum (Minneapolis Minn). *Behavioral Neurology and Neuropsychiatry* 21 (3) 756-71.
- Shahnaz, A., Saffer, B. y Klonsky, E. (2019). Examining time perspective orientation in suicide ideation and suicide attempts. *Journal of Social and Clinical Psychology* 38 (8), 627-646.
- Stanghellini, G., Ballerini, M., Presenza, S., Mancini, M., Northoff, G. y Cutting, J. (2016). Abnormal Time Experiences in Major Depression: An Empirical Qualitative Study. University "G. D'Annunzio,". Chieti: Italy.
- Teixeira, S., Machado, S., Paes, F., Velasques, B., Silva, J., Sanfim, A., Minc, D., Anghinah, R., Menegaldo, L., Salama, M., Cagy, M., Nardi, A., Pöppel, E., Bao, Y., Szegel, E., Ribeiro, P. y Arias-Carrión, O. (2013). Time Perception Distortion in Neuropsychiatric and Neurological Disorders. *CNS & Neurological Disorders - Drug Targets* 12 (5), 567-582.
- Thiébaud, E. (1998). La perspective temporelle, un concept a la recherche d'une définition opérationnelle. *L'Année Psychologie* 98, 102-125.
- Thönes, S. y Oberfeld, D. (2015). Time perception in depression: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders* 175, 359–372. Mainz: Alemania.
- Vogel, D., Krämer, K., Schoofs, T., Kupke, C. y Vogeley, K. (2018). Disturbed Experience of Time in Depression-Evidence from Content Analysis. *Frontiers in Human Neuroscience* 66 (12).
- Zaleski, Z. (1994). *Psychology of future orientation*. Lublin University Press. Lublin: Poland.