

21-22

MÁSTER UNIVERSITARIO EN
INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA (PLAN
2016)

GUÍA DE ESTUDIO PÚBLICA



APLICACIÓN DE LAS TIC EN LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON NIÑOS Y ADOLESCENTES

CÓDIGO 22206047

UNED

21-22

APLICACIÓN DE LAS TIC EN LA
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON NIÑOS
Y ADOLESCENTES
CÓDIGO 22206047

ÍNDICE

PRESENTACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN
REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES PARA CURSAR ESTA
ASIGNATURA
EQUIPO DOCENTE
HORARIO DE ATENCIÓN AL ESTUDIANTE
COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE
RESULTADOS DE APRENDIZAJE
CONTENIDOS
METODOLOGÍA
SISTEMA DE EVALUACIÓN
BIBLIOGRAFÍA BÁSICA
BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA
RECURSOS DE APOYO Y WEBGRAFÍA

Nombre de la asignatura	APLICACIÓN DE LAS TIC EN LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON NIÑOS Y ADOLESCENTES
Código	22206047
Curso académico	2021/2022
Título en que se imparte	MÁSTER UNIVERSITARIO EN INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA (PLAN 2016)
Tipo	CONTENIDOS
Nº ETCS	5
Horas	125.0
Periodo	ANUAL
Idiomas en que se imparte	CASTELLANO

PRESENTACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

La asignatura ***Aplicación de las TIC en la Intervención Psicológica en Niños y Adolescentes***, se centra en aspectos relacionados únicamente con el desarrollo de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación y su aplicación al campo de la psicología clínica infantojuvenil y, concretamente consideramos entre sus objetivos fundamentales la aplicación de las TIC en el marco de la psicopatología y la intervención psicológica de los trastornos de la infancia y la adolescencia, en particular, de los trastornos emocionales (trastornos asociados a la ansiedad y la depresión, fundamentalmente). Los trastornos emocionales son los trastornos más prevalentes en la sociedad actual, lo cual ha suscitado y suscita en los científicos un interés particular por su estudio e investigación.

COMPETENCIAS: A través de la presente asignatura se pretende que el alumno sea capaz de planificar una investigación en el ámbito de la psicopatología y la intervención de los trastornos emocionales mediante la aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), utilizando como población diana el contexto infantojuvenil. Así mismo, pretendemos desarrollar la capacidad para delimitar objetivos de investigación y variables relevantes, y capacidad para sintetizar y valorar la información relevante en función de los diferentes enfoques teóricos y el desarrollo científico del campo de estudio.

La asignatura Aplicación de las TIC en la Intervención Psicológica en Niños y Adolescentes forma parte del master de Investigación en Psicología propuesto por la Facultad de Psicología de la UNED. Esta asignatura tiene como objetivo general que los estudiantes adquieran las competencias necesarias para su formación como investigadores en el área de la psicopatología y la psicología clínica, y va dirigida a licenciados y/graduados que quieran completar su formación en la investigación sobre este campo.

El ámbito de la investigación en psicopatología y psicología clínica es extremadamente amplio en el momento actual, y en los últimos años se han venido desarrollando nuevas formas de abordar los trastornos psicológicos, tanto desde el punto de vista teórico como aplicado, merced a la aplicación de las TIC. Aunque la aplicación de las TIC en el campo de la salud (tanto física como mental) no es algo nuevo, en los últimos años se han producido importantes desarrollos que han revolucionado las formas de aplicar los tratamientos psicológicos a muchos de los trastornos mentales, entre los que se incluyen el uso de ordenadores personales, tabletas electrónicas, teléfonos móviles (los modernos teléfonos

Smartphone constituyen auténticos ordenadores móviles), la realidad virtual e internet.

La aplicación de las TIC, por ejemplo el tratamiento online, permite el uso de diversas herramientas que pueden ser de gran utilidad para maximizar la intervención psicológica, con importantes ventajas sobre la aplicación de tratamientos mediante procedimientos tradicionales, entre las que se incluyen un mejor acceso y control de la exposición exteroceptiva (por ejemplo, mediante el uso de la realidad virtual), acceso de población a distancia (sin necesidad de acudir a un tratamiento cara-a-cara, más costoso y de más difícil acceso), mayor cobertura de acceso, mayor continuidad en la atención al paciente, menor estigmatización, una mejor difusión de la información, y múltiples formas de acceso (correo-e, alertas, etc.).

En los últimos años se ha incrementado el desarrollo de tratamientos online para gran parte de los principales trastornos mentales, tanto dirigidos a población adulta como a niños y adolescentes. Entre los diversos tipos de trastornos caben mencionarse los trastornos emocionales (trastornos de ansiedad y trastornos depresivos). Ambos tipos de trastornos son muy prevalentes en la población y siempre han suscitado un gran interés. Se ha demostrado que los tratamientos basados en el uso de las TIC (terapias online y terapias basadas en realidad virtual) son aptos para ser aplicados a la mayor parte de los trastornos emocionales. El campo de aplicación en niños y adolescentes es un campo de enorme interés actual en este sentido, dado que pueden implementarse tratamientos online que resultan especialmente atractivos para este tipo de población y, por otra parte, porque pueden aplicarse intervenciones de tipo preventivo a las que pueden acceder fácilmente los niños y los adolescentes. La presente asignatura se centra principalmente en el tratamiento basado en las TIC en población de niños y adolescentes.

REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES PARA CURSAR ESTA ASIGNATURA

Para cursar la asignatura Aplicación de las TIC en la Intervención Psicológica en Niños y Adolescentes sería conveniente que los estudiantes tengan formación suficiente en psicopatología y psicología clínica (que al menos hayan cursado el itinerario de psicología clínica en la Licenciatura o el Grado).

Así mismo, se recomienda a los alumnos que cursen las asignaturas relacionadas con el tratamiento estadístico de datos y, elaboración de diseños de investigación, utilización de bases de datos para la realización de búsquedas bibliográficas, y otros requerimientos metodológicos básicos. El alumno deberá familiarizarse con la utilización y manejo de las bases de datos y de las revistas electrónicas de las que dispone la UNED.

Es obligatorio el manejo del inglés, fundamentalmente a nivel de lectura, para la correcta comprensión de los textos de revistas especializadas. También sería recomendable que los estudiantes manejasen con facilidad internet.

EQUIPO DOCENTE

Nombre y Apellidos
 Correo Electrónico
 Teléfono
 Facultad
 Departamento

BONIFACIO SANDIN FERRERO
 bsandin@psi.uned.es
 91398-6254
 FACULTAD DE PSICOLOGÍA
 PSIC.DE LA PERS.EVALUAC.Y TTO.PSICOLÓGI.

Nombre y Apellidos
 Correo Electrónico
 Teléfono
 Facultad
 Departamento

PALOMA CHOROT RASO (Coordinador de asignatura)
 pchorot@psi.uned.es
 91398-7940
 FACULTAD DE PSICOLOGÍA
 PSIC.DE LA PERS.EVALUAC.Y TTO.PSICOLÓGI.

Nombre y Apellidos
 Correo Electrónico
 Teléfono
 Facultad
 Departamento

ROSA MARIA VALIENTE GARCIA
 rmvalien@psi.uned.es
 91398-7988
 FACULTAD DE PSICOLOGÍA
 PSIC.DE LA PERS.EVALUAC.Y TTO.PSICOLÓGI.

HORARIO DE ATENCIÓN AL ESTUDIANTE

Las funciones de tutorización de los alumnos serán realizadas por el equipo docente de la asignatura. La tutorización y seguimiento de los aprendizajes se llevará a cabo a través de los diferentes recursos de nuestra universidad, tales como el correo electrónico, el teléfono y la plataforma de la web.

Profesora Paloma Chorot

Martes y Jueves, de 10:00 a 14:00. Teléfono 91 3987940
 correo-e: pchorot@psi.uned.es

Profesor Bonifacio Sandin.

Martes y Jueves, de 10:00 a 14:00. Teléfono 91 3986254
 correo-e: bsandin@psi.uned.es

Profesora Rosa M. Valiente

Martes y Jueves, de 10:00 a 14:00. Teléfono 91 3987988
 correo-e: rmvalien@psi.uned.es

COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Conocer los aspectos conceptuales generales asociados a las TIC, así como su aplicación en psicología clínica.
- Conocer las ventajas y limitaciones que presentan las TIC en el campo clínico y los diferentes tipos de estrategias desarrolladas para la intervención psicológica.

- Conocer algunos de los principales programas de intervención aplicados mediante la utilización de Internet en los diferentes trastornos psicopatológicos de niños y adolescentes.
- Conocer los trastornos diana para el tratamiento mediante realidad virtual y realidad aumentada en población infanto-juvenil.
- Conocer los nuevos avances en relación al uso de las TIC en el campo de la intervención y la prevención de los trastornos psicológicos en niños y adolescentes.
- Ser capaz de comprender la relevancia de los tratamientos basados en las TIC en relación con la que presentan otros tratamientos basados en la comunicación cara a cara.
- Poder discriminar las aplicaciones de las TIC en relación con áreas prioritarias de la psicología clínica infantojuvenil.
- Ser capaz de detectar las necesidades de atención clínica que pueden ser abordadas mediante intervenciones basadas en las TIC
- Ser capaz de realizar un diseño de investigación preliminar sobre intervención clínica basada en las TIC.

CONTENIDOS

Módulos de la asignatura

Módulo 1: Utilización de las nuevas tecnologías como herramientas terapéuticas:

Cuestiones introductorias.

Módulo 2: Intervenciones psicológicas a través de internet

Módulo 3: Aplicaciones de la realidad virtual

Módulo 4: Diseños de investigación aplicados en intervenciones sobre ansiedad y depresión en niños y adolescentes.

METODOLOGÍA

Para la docencia de la asignatura se seguirá la metodología de la enseñanza a distancia, de modo que el estudiante podrá abordar su estudio de manera autónoma. Para ello contará con un amplio conjunto de materiales y recursos didácticos a los que podrá acceder a través de la plataforma virtual de la UNED. Los estudiantes dispondrán en dicha plataforma virtual de herramientas, tales como foros de consulta que permitirán al equipo docente guiar, orientar y asesorar antes las dudas que puedan ir surgiendo a lo largo del estudio, foros para relacionarse con el resto de compañeros, así como otras herramientas relacionadas con la autoevaluación y el seguimiento de las actividades programadas durante el curso (lectura de artículos científicos, elaboración de informes, puesta en marcha de protocolos de evaluación, etc.). Además, los alumnos podrán comunicarse directamente con los profesores de la asignatura a través del teléfono, o mediante entrevista personal, algo necesario en los casos en que se requiera un abordaje complejo sobre posibles dudas importantes de la asignatura.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

TIPO DE PRIMERA PRUEBA PRESENCIAL

Tipo de examen No hay prueba presencial

TIPO DE SEGUNDA PRUEBA PRESENCIAL

Tipo de examen2 Examen de desarrollo

CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA PRESENCIAL Y/O LOS TRABAJOS

Requiere Presencialidad Si

Descripción

El examen consistirá en preguntas amplias sobre los contenidos de la asignatura

Criterios de evaluación

Se valorarán las respuestas del alumno a las preguntas teniendo en cuenta la pertinencia y relevancia de la información aportada, el nivel de desarrollo y profundización, y la claridad expositiva.

Ponderación de la prueba presencial y/o los trabajos en la nota final

Fecha aproximada de entrega

Comentarios y observaciones

PRUEBAS DE EVALUACIÓN CONTINUA (PEC)

¿Hay PEC? No

Descripción

Criterios de evaluación

Ponderación de la PEC en la nota final

Fecha aproximada de entrega

Comentarios y observaciones

OTRAS ACTIVIDADES EVALUABLES

¿Hay otra/s actividad/es evaluable/s? No

Descripción

Criterios de evaluación

Ponderación en la nota final

Fecha aproximada de entrega

Comentarios y observaciones

¿CÓMO SE OBTIENE LA NOTA FINAL?

La nota final será la que obtenga en el examen presencial

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Los alumnos deberán utilizar la siguiente bibliografía básica para preparar los contenidos correspondientes a los diferentes módulos. Esta bibliografía es fundamental para adquirir los conocimientos relevantes de la asignatura, y para poder responder a las preguntas que se formulen en el examen. En lo que sigue se indica la bibliografía que corresponde a cada módulo.

Módulo 1. Utilización de las nuevas tecnologías como herramientas terapéuticas:

Cuestiones introductorias.

- Soto-Pérez, F., Franco, M., Monardes, C., y Jiménez, F. (2010). Internet y psicología clínica: Revisión de las ciber-terapias. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 15(1), 19-37.
- Botella, C., y Bretón-López, J. (Eds.) (2014). Uso de las TIC en Psicología Clínica (Número monográfico). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(3), 149-260.
- Botella, C., Quero, S., Serrano, B., Baños, R.M., y García-Palacios, A. (2009). Avances en los tratamientos psicológicos: La utilización de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. *Anuario de psicología*, 40(2), 155-170.
- Bretón-López, J., Mira, A., Castilla, D., García-Palacios, A., y Botella, C. (2017). Revisión de aplicaciones de las tecnologías de la información y la comunicación en psicología clínica y de la salud en infancia y adolescencia. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4, 11-16.
- Sandín, B. (Ed.) (2012). Transdiagnóstico y Psicología Clínica (Número Monográfico). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 17(3), 181-311.

Módulo 2. Intervenciones psicológicas a través de internet

- Fleming, T., Cheek, C., Merry, S., Thabrew, H., Bridgman, H., Stasiak, K., ... &Hetrick, S. (2014). Serious games for the treatment or prevention of depression: A systematic review. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(3), 227-242.
- Martínez, M. (2017). Programa Gestion@: programa psicoeducativo en línea para adolescentes con elevada ansiedad. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4, 46-52.
- Pennant, M.E., Loucas, C.E., Whittington, C., Creswell, C., Fonagy, P., Fuggle, P., ... &Group, E.A. (2015). Computerised therapies for anxiety and depression in children and young people: A systematic review and meta-analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 67, 1-18.
- Richardson, T., Stallard, P., &Velleman, S. (2010). Computerised cognitive behavioural therapy for the prevention and treatment of depression and anxiety in children and adolescents: A systematic review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 13(3), 275-290.
- Rooksby, M., Elouafkaoui, P., Humphris, G., Clarkson, J., &Freeman, R. (2015). Internet-assisted delivery of cognitive behavioural therapy (CBT) for childhood anxiety: Systematic

review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 29, 83-92.

- Sandín, B., Valiente, R.M., García-Escalera, J., Pineda, D., Espinosa, V., Magaz, A.M., y Chorot, P. (2019). Protocolo unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales en adolescentes a través de internet (iUP-A): Aplicación web y protocolo de un ensayo controlado aleatorizado. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24, 197-215.
- Spence, S.H., Donovan, C.L., March, S., Gamble, A., Anderson, R., Prosser, S., ... &Kenardy, J. (2008). Online CBT in the treatment of child and adolescent anxiety disorders: Issues in the development of BRAVE-ONLINE and two case illustrations. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(04), 411-430.
- Ye, X., Bapuji, S.B., Winters, S.E., Struthers, A., Raynard, M., Metge, C., ... &Sutherland, K. (2014). Effectiveness of internet-based interventions for children, youth, and young adults with anxiety and/or depression: a systematic review and meta-analysis. *BMC health services research*, 14(1), 1-9.

Módulo 3. Aplicaciones de la realidad virtual

- Botella, C., Baños, R.M., Garcia-Palacios, A., Quero, S., Guillén, V., y Marco, H. J. (2007). La utilización de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación en psicología clínica. *UOC Papers: Revista sobre la Sociedad del Conocimiento nº 4*, 32-41.
- Botella, C., García-Palacios, A., Baños, R.M. y Quero, S. (2007). Realidad virtual y tratamientos psicológicos. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 82, 17-31.
- Gutiérrez-Maldonado, J., Alsina-Jurnet, I., Carvallo-Becú, C., Letosa-Porta, A., y Magallón-Neri, E. (2007). Aplicaciones clínicas de la realidad virtual en el ámbito escolar. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 82, 32-51.
- López-Soler, C., Castro, M., Alcántara, M., y Botella, C. (2011). Sistema de realidad virtual EMMA-Infancia en el tratamiento psicológico de un menor con estrés postraumático. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 16(3), 189-206.

Módulo 4. Diseños de investigación aplicados en intervenciones sobre ansiedad y depresión en niños y adolescentes

- Bornas, X., Llabrés, J., Balle, M., De La Torre-Luque, A., y Fiol-Veny, A. (2014). Uso de una red social segura para el estudio de la ansiedad en la adolescencia. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(3), 171-184.
- Botella, C., Quero, S., Serrano, B., Baños, R.M., y García-Palacios, A. (2009). Avances en los tratamientos psicológicos: La utilización de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. *Anuario de psicología*, 40(2), 155-170.
- García-Escalera, J., Chorot, P., Valiente, R.M., Reales, J.M., &Sandin, B. (2016). Efficacy of transdiagnostic cognitive-behavioral therapy for anxiety and depression in adults, children and adolescents: A meta-analysis. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 21, 147-

155.

- García-Escalera, J., Valiente, R.M., Sandín, B., Ehrenreich-May, J., Prieto, A., &Chorot, P. (2020). The Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Adolescents (UP-A) Adapted as a School-Based Anxiety and Depression Prevention Program: An Initial Cluster Randomized Wait-List-Controlled Trial. *Behavior Therapy*, 51, 461-473.
- Ly, K.H., Trüschel, A., Jarl, L., Magnusson, S., Windahl, T., Johansson, R., ... &Andersson, G. (2014). Behavioural activation versus mindfulness-based guided self-help treatment administered through a smartphone application: a randomised controlled trial. *BMJ Open*, 4 (1), e003440. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2013-003440>.
- Sandin, B., García-Escalera, J., Valiente, R.M., Espinosa, V., & Chorot, P. (2020). Clinical Utility of an Internet-Delivered Version of the Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Adolescents (iUP-A): A Pilot Open Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 8306, doi:10.3390/ijerph17228306.
- Sethi, S. (2013). Treating Youth Depression and Anxiety: A Randomised Controlled Trial Examining the Efficacy of Computerised versus Face-to-face Cognitive Behaviour Therapy. *Australian Psychologist*, 48(4), 249-257.
- Spence, S.H., Donovan, C.L., March, S., Gamble, A., Anderson, R.E., Prosser, S., &Kenardy, J. (2011). A randomized controlled trial of online versus clinic-based CBT for adolescent anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(5), 629-642.
- Stasiak, K., Hatcher, S., Frampton, C., &Merry, S. N. (2014). A pilot double blind randomized placebo controlled trial of a prototype computer-based cognitive behavioural therapy program for adolescents with symptoms of depression. *Behavioural Cognitive Psychotherapy*, 42(4), 385-401.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

ISBN(13):9781444170214

Título:THE INTERNET AND CBT: A CLINICAL GUIDE

Autor/es:Gerhard Andersson ;

Editorial:CRC Press

ISBN(13):9788495884343

Título:TCC DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Autor/es:Bonifacio Sandín ; Paloma Chorot ; Rosa M. Valiente ;

Editorial:KLINIK

A continuación se indica una bibliografía complementaria que el alumno podrá utilizar según sus propios intereses y necesidades. Esta bibliografía no es fundamental para responder a las preguntas del examen. El Módulo 4 no incluye bibliografía complementaria específica.

Módulo 1. Utilización de las nuevas tecnologías como herramientas terapéuticas:

Cuestiones introductorias

- Baños, R.M., Botella, C., y Perpiñá, C. (1998). Psicopatología y realidad virtual. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 3(3), 161-177.
- Andersson, G. (2016). Internet-delivered psychological treatments. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12, 157-179.

Módulo 2. Intervenciones psicológicas a través de internet

- Andersson, G., Nordgren, L.B., Buhrman, M., y Carlbring, P. (2014). Tratamientos psicológicos para la depresión aplicados a través de Internet y con el apoyo de un clínico: Una actualización. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(3), 217-225.
- Donovan, C.L., & March, S. (2014). Computer-based treatment programs for youth anxiety: A systematic review. *Psychopathology Review*, 1(1), 130-156.
- García-García, E.S., Rosa-Alcázar, A.I., y Olivares-Olivares, P. J. (2011). Terapia de exposición mediante realidad virtual e internet en el trastorno de ansiedad/fobia social: Una revisión cualitativa. *Terapia Psicológica*, 29(2), 233-243.

Módulo 3. Aplicaciones de la realidad virtual

- García-García, E.S., Rosa-Alcázar, A.I., y Olivares-Olivares, P. J. (2011). Terapia de exposición mediante realidad virtual e internet en el trastorno de ansiedad/fobia social: Una revisión cualitativa. *Terapia Psicológica*, 29(2), 233-243.
- Quintana, P., Bouchard, S., Serrano, B., y Cárdenas-López, G. (2014). Los efectos secundarios negativos de la inmersión con realidad virtual en poblaciones clínicas que padecen ansiedad. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(3), 197-207.

Bibliografía complementaria general

- Andersson, G. (2014). *The internet and CBT: A clinical guide*. CRC Press.
- Andersson, G. (2009). Using the Internet to provide cognitive behaviour therapy. *Behaviour Research and Therapy*, 47(3), 175-180.
- Andersson, G., Carlbring, P., Ljótsson, B., & Hedman, E. (2013). Guided internet-based CBT for common mental disorders. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 43(4), 223-233.
- Botella, C., y Bretón-López, J. (2014). Uso de las TIC en psicología clínica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* (Número monográfico), 19(3), 1-260.
- Sandín, B., Chorot, P., y Valiente, R.M. (2016). *TCC de los trastornos de ansiedad: Innovaciones en niños y adolescentes*. Madrid: Klinik.

RECURSOS DE APOYO Y WEBGRAFÍA

Los alumnos dispondrán en la plataforma virtual de la asignatura de materiales bibliográficos seleccionados por el equipo docente que serán útiles para la preparación de la asignatura

IGUALDAD DE GÉNERO

En coherencia con el valor asumido de la igualdad de género, todas las denominaciones que en esta Guía hacen referencia a órganos de gobierno unipersonales, de representación, o miembros de la comunidad universitaria y se efectúan en género masculino, cuando no se hayan sustituido por términos genéricos, se entenderán hechas indistintamente en género femenino o masculino, según el sexo del titular que los desempeñe.