

Análisis de las prácticas metodológicas para el desarrollo de intervenciones cognitivo-conductuales en la infancia y adolescência

Análise de práticas metodológicas para o desenvolvimento de intervenções cognitivo-comportamentais na infância e adolescência

Analysis of methodological practices for the development of cognitive-behavioral interventions in childhood and adolescence

Andrómeda Ivette Valencia-Ortiz¹, Luis Vicente Rueda-León¹, Alejandra Lima-Quezada¹, Diana Karina Straffon-Olivares¹

¹ Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Área Académica de Psicología - San Agustín. Tlaxiaca - Hidalgo - México.

RESUMEN

Los terapeutas que trabajan con población infanto-juvenil enfrentan numerosos retos, requiriendo una sólida formación teórico-práctica en desarrollo normal y patológico, evaluación observacional y psicométrica de síntomas internalizados y externalizados, y dominio de técnicas de primera, segunda y tercera generación. Estas técnicas son esenciales para prevenir alteraciones, promover estilos de vida saludables y atender trastornos emocionales y conductuales, incluyendo el apoyo a padres o familiares. No obstante, rara vez se analiza el procedimiento para desarrollar estrategias basadas en evidencia que faciliten intervenciones probadas para los terapeutas. Este artículo revisa la construcción de cinco intervenciones para niños y adolescentes, enfocadas en niños con enfermedades oncológicas pediátricas, sintomatología depresiva, adolescentes con depresión e ideación suicida, niños con sobrepeso y el desarrollo de noviazgo saludable en adolescentes, todas bajo el modelo cognitivo-conductual e integrando componentes de psicología positiva. Los resultados se analizan considerando el desarrollo de las intervenciones, formulación de casos, elección de técnicas y materiales. Se concluye que las intervenciones basadas en TCC tienen una estructura clara que facilita la identificación de etapas en su desarrollo, medición y análisis del cambio esperado, incrementando su efectividad mediante una adecuada aplicación. Se resalta la importancia de la investigación y colaboración interdisciplinaria en la promoción del bienestar psicológico y el desarrollo saludable durante la infancia y adolescencia.

Palabras clave: Desarrollo infantil. Terapia cognitivo-conductual. Psicología Positiva.

RESUMO

A infância e a adolescência são fases cruciais do desenvolvimento humano, onde se estabelecem as bases para a saúde mental e o bem-estar ao longo da vida. Durante estes períodos de crescimento e mudança, muitas crianças e adolescentes enfrentam desafios emocionais, comportamentais e de adaptação que podem afetar o seu funcionamento diário, as relações interpessoais e o desenvolvimento acadêmico. Em resposta a essas necessidades, as intervenções cognitivo-comportamentais (TCC) surgiram como uma abordagem terapêutica eficaz para abordar uma variedade de problemas psicológicos na infância e na adolescência. Com base na premissa de que pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados, a TCC oferece uma estrutura estruturada e orientada para objetivos para compreender e mudar padrões desadaptativos que contribuem para o sofrimento psicológico. Este artigo revisa e analisa o desenvolvimento de intervenções cognitivo-comportamentais no contexto da infância e adolescência, destacando avanços significativos, desafios atuais e rumos futuros. São exploradas a adaptação de técnicas às necessidades dos jovens, evidências empíricas e considerações éticas e culturais. É destacada a importância da investigação e da colaboração interdisciplinar na promoção do bem-estar psicológico e do desenvolvimento saudável nesta fase do ciclo de vida humano.

Palavras-chave: Desenvolvimento Infantil. Psicologia positiva. Terapia Cognitivo-Comportamental.

Correspondencia:

Luis Vicente Rueda-León.

E-mail: ru249684@uaeh.edu.mx



ABSTRACT

Therapists working with the child and adolescent population face numerous challenges, requiring solid theoretical and practical training in normal and pathological development, observational and psychometric assessment of internalized and externalized symptoms, and mastery of first, second, and third-generation techniques. These techniques are essential to prevent disorders, promote healthy lifestyles, and address emotional and behavioral disorders, including support to parents or family members. However, the procedure for developing evidence-based strategies that facilitate proven interventions for therapists is rarely discussed. This article reviews the construction of five interventions for children and adolescents, focusing on children with pediatric oncological diseases, depressive symptomatology, adolescents with depression and suicidal ideation, overweight children, and the development of healthy dating in adolescents, all under the cognitive-behavioral model and integrating components of positive psychology. The results are analyzed considering the development of the interventions, case formulation, and choice of techniques and materials. It is concluded that interventions based on CBT have a clear structure that facilitates the identification of stages in their development, measurement, and analysis of the expected change, increasing their effectiveness through adequate application. The importance of research and interdisciplinary collaboration in promoting psychological well-being and healthy development during childhood and adolescence is highlighted.

Keywords: Child Development. Cognitive Behavioral Therapy. Psychology, Positive.

Aspectos destacados del impacto clínico

- Es fundamental que los terapeutas diseñen intervenciones basadas en evidencia para abordar las necesidades psicológicas de niños y adolescentes, considerando tanto los síntomas internalizados como externalizados.
- Las intervenciones científicamente respaldadas deben ser adaptadas a cada caso para prevenir problemas emocionales, fomentar estilos de vida saludables y tratar eficazmente los trastornos.
- Incorporar innovaciones como la psicología positiva y asegurar la formación continua y la colaboración interdisciplinaria son cruciales para mejorar el bienestar integral de los jóvenes y garantizar el máximo impacto terapéutico positivo.

La infancia y la adolescencia son etapas cruciales en el desarrollo humano, donde se establecen los cimientos para la salud mental y el bienestar a lo largo de la vida. Durante estos períodos de rápido crecimiento y cambio, muchos niños y adolescentes enfrentan desafíos emocionales, conductuales y de adaptación que pueden afectar su funcionamiento diario, relaciones interpersonales y desarrollo académico (Friedberg & Paternostro, 2019). Para 2020, la población mundial de niños y adolescentes de entre 10 y 19 años ascendía a 1.2 billones, de los cuales el 13% presentaban los criterios diagnósticos para algún trastorno mental, siendo la depresión y la ansiedad los más frecuentes (Abu Omar et al., 2024; Sharif et al., 2024). Esta cifra refleja una tendencia alarmante que también se observa en América Latina, donde se calcula que la prevalencia general de trastornos mentales en niños y adolescentes oscila entre el 10% y el 20% (United Nations Children's Fund, 2021). Específicamente, la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica (ENEP) de México, estimó que alrededor del 10% de los niños y adolescentes sufren de algún trastorno mental, como trastornos de ansiedad, depresión o trastornos del comportamiento (Cerebero-García et al., 2020). De acuerdo con Sarmiento-Hernández (2022), es esencial abordar la salud mental de los niños y adolescentes, ya que más del 50% de los trastornos mentales y del comportamiento en la edad adulta, como la depresión, la ansiedad y el trastorno por déficit

de atención e hiperactividad (TDAH) entre otros, comienzan durante esta etapa del desarrollo (Tonis et al., 2024).

Los desafíos de estas etapas parecen estar relacionados con condiciones complejas y multifactoriales que afectan directamente la salud mental, como el fenómeno del suicidio. En América Latina el suicidio es un problema de salud pública ya que alrededor de 6 por cada 100,000 adolescentes han enfrentado esta situación (Alvarado-Hernández et al., 2023; United Nations Children's Fund, 2021). Sin contar, a todos los niños y adolescentes que presentan autolesiones no mortales que no se reportan o que pasan desapercibidas por los familiares y que son un problema latente que también afecta a muchos jóvenes en la región (Pureza et al., 2016; Qashqai et al., 2024; Santana et al., 2023). A pesar de esas condiciones, el acceso a la atención en salud mental para niños y adolescentes en América Latina sigue siendo limitado, ya que quienes requieren atención enfrentan a barreras como la estigmatización, la falta de recursos y la escasez de profesionales capacitados en salud mental infantil y adolescente (Alvarado-Hernández et al., 2023; Suárez & Kazdin, 2023).

La capacidad de los terapeutas para diseñar intervenciones basadas en evidencia es crucial para atender eficazmente las necesidades psicológicas de la población infanto-juvenil (Baourda, 2024; Rief et al., 2024). Estos profesionales no solo deben poseer conocimientos sólidos

sobre el desarrollo normal y patológico, sino también dominar técnicas avanzadas de evaluación y tratamiento que aborden tanto los síntomas internalizados como externalizados (Journeaux, 2023; Kazdin, 2018). La creación de intervenciones estructuradas y fundamentadas en la evidencia científica asegura que los terapeutas puedan implementar estrategias efectivas y adaptadas a cada caso particular, promoviendo así la prevención de problemas emocionales y conductuales y fomentar estilos de vida saludables, y el tratamiento adecuado de trastornos ya presentes (Weisz & Kazdin, 2017; Wang et al., 2024; Xie et al., 2024). Además, un enfoque basado en evidencia permite la inclusión de componentes innovadores y validados, como la psicología positiva, lo que contribuye significativamente al bienestar integral de niños y adolescentes y garantiza una atención de calidad respaldada por la investigación actual (Baourda et al., 2024; Rief et al., 2024).

Sin embargo, no todas las estrategias de intervención se desarrollan tomando en cuenta la misma metodología, y en muchos casos los psicólogos replican estrategias sin conocer cómo fueron creadas, sus alcances y limitaciones (Galán-Luque et al., 2023; Wang et al., 2024). Por lo tanto, se identifica la importancia de analizar el contexto y seguir una serie de pasos que permitan integrar la mejor evidencia posible para generar propuestas de intervención acordes al nivel de atención que se desea abordar (atención primaria, secundaria, terciaria, universal o selectiva), y que cuenten con los elementos suficientes para desarrollarse como intervenciones basadas en evidencia (Bukhari et al., 2023; Xie et al., 2024).

PROPUESTA PARA EL DESARROLLO E IMPLEMENTACIÓN DE UN TRATAMIENTO COGNITIVO CONDUCTUAL CON COMPONENTES DE PSICOLOGÍA POSITIVA PARA LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

Diversos investigadores formados por el analista conductual Héctor Ayala en México han utilizado una metodología por fases que van desde la detección de necesidades de atención psicológica, la identificación de las estrategias potenciales de intervención, validación de la propuesta de intervención por jueces expertos o mediante piloto, y finalmente la aplicación del tratamiento de manera individual mediante estudios de caso con réplicas o bien mediante grupos experimentales y controles (Ayala et al., 2001; Cortés & Oropeza, 2011; Hermosillo de la Torre et al., 2021; Martínez et al., 2008; Martínez et al., 2010; Mendoza & Pedroza, 2015; Pérez et al., 2022; Valadez-García & Oropeza-Tena, 2020; Valencia et al., 2006; Vargas et al., 2012),

DETECCIÓN DE NECESIDADES DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Aunque en el campo de la psicología clínica existen múltiples y diversas aproximaciones al tratamiento de diferentes problemáticas en la infancia, muchas veces están tienen que ser replanteadas para que puedan ajustarse al tipo de población

que se atiende, considerado aspectos sociales, culturales e individuales (García-Vera & Sanz, 2005; Oud et al., 2019). La búsqueda de literatura especializada en el tratamiento permite distinguir qué componentes son los más adecuados tanto a nivel técnico como en percepción del participante (Tonis et al., 2024). Es importante mencionar que siempre puede existir elementos que al contrastar con la realidad de la población objetivo o el escenario deban de ser modificados o sustituidos (Csirmaz et al., 2024; Xie et al., 2024). La detección de necesidades puede ser realizada mediante instrumentos estandarizados y validados para la población, grupos focales en los cuales se establezca un consenso general en relación sobre lo que estas personas opinan o consideran importantes para ser ayudados respecto alguna problemática y finalmente, mediante entrevistas semi y estructuradas que permitan reconocer con más detalle aquellos aspectos en los que se plantea intervenir (Kataoka et al., 2002; Vallis et al., 2020).

IDENTIFICACIÓN DE ESTRATEGIAS POTENCIALES DE INTERVENCIÓN

En este ejercicio de búsqueda de literatura narrativa, la información no solo arroja qué componentes son importantes ante algún malestar o problema de conducta, sino que también se plantean las estrategias para su modificación (Asociación Americana de Psicología [APA], 2006). Los estudios previos con base en el conocimiento clínico aplicado permiten distinguir criterios como la identificación de los casos y con base en eso, plantear estrategias para un momento temprano o tardío en el desarrollo de la problemática (Kataoka et al., 2002). Otro punto en esta línea es qué estrategias permiten una reducción o eliminación; o en caso contrario una adquisición y mantenimiento de aquellas conductas que se quieren promover (Ybarra et al., 2015). También es importante reconocer que estas estrategias tienen un marco teórico que las sustenta, es necesario ser coherentes con aquellos modelos de intervención que sustentan las mejores herramientas para lograr el objetivo (Chorpita & Daleiden, 2009; Nathan & Gorman, 2015). Finalmente, en esta búsqueda se reconoce aspectos más cualitativos referentes a la aceptabilidad de la intervención, ya que en ocasiones puede haber problemáticas que hacia el público general tengan connotaciones negativas que influyen en cómo se comporta el participante o bien, que emocionalmente ciertas técnicas generan mayor malestar sin necesariamente ser más efectivas (Hu, 2024). No hay que olvidar que la práctica basada en la evidencia considera que la toma de decisiones versa en la evidencia en la investigación, la experiencia del personal de salud y la experiencia del paciente (Rief et al., 2024; Ybarra et al., 2015).

VALIDACIÓN POR JUECES EXPERTOS/PILOTEO

La validación por jueces expertos sigue la línea establecida por Wolpe (1958/1977) quien propone que la psicoterapia debe sustentarse en la clarificación de metas y

objetivos que sean beneficiosos para la mejora del participante. Asimismo, estas deben tener materiales adecuados que, en la revisión hayan probado su utilidad para el logro de la psicoterapia. Finalmente, cada aspecto debe cumplir los lineamientos éticos correspondientes (Kataoka et al., 2002). Esta fase permite hacer ajustes prácticos sobre el tipo de estrategias y los materiales de uso clínico que se van a emplear. Además, toma en cuenta tres fuentes importantes para validar la propuesta de intervención, que es la información recabada en la literatura con respecto al *expertis* de los jueces. Ellos son quienes utilizan los fundamentos teóricos y su experiencia en la práctica clínica para enriquecer la propuesta que finalmente se pilotea con los usuarios, que poseen las características de la población meta. Este paso asegura que el usuario final encuentre adecuada la propuesta, considerando elementos como la accesibilidad, tiempo, costos y otros que aumentan la satisfacción del usuario con la intervención que se pretende realizar (Wolpe, 1977).

APLICACIÓN DE LA ESTRATEGIA GRUPOS/N=1/CON RÉPLICAS

Las intervenciones de N=1 con réplicas, también se conocen como diseños experimentales de caso único, y son una metodología utilizada por el análisis conductual aplicado (ABA) que se emplea para evaluar los efectos de una intervención en un individuo (Wolpe, 1957). Este tipo de diseño se caracteriza por contar con mediciones repetidas, es decir, se mide el comportamiento objetivo del individuo repetidamente a lo largo del tiempo, antes, durante y después de la intervención. Esto permite observar cambios y patrones de comportamiento (Kazdin, 2018). Otra de sus características más distintivas es el uso de la línea base como un elemento de medida, ya que antes de introducir la intervención, se establece un parámetro (línea base) donde se registra el comportamiento objetivo sin ninguna intervención. Esta fase es crucial para comparar y evaluar los efectos de la intervención (Kazdin, 2011).

Posteriormente, se introduce una intervención específica, es decir, el conjunto de estrategias o técnicas seleccionadas para el objetivo de la intervención que se usan para modificar el comportamiento objetivo (Kazdin, 2018). La intervención puede involucrar técnicas de primera, segunda o tercera generación con el objetivo de modificar el pensamiento, emoción o conducta, y algunos componentes basados en la psicología positiva para el desarrollo del bienestar (Kazdin, 2011).

Finalmente, con las intervenciones de diseño de N=1, se pueden usar réplicas, lo que implica la repetición del estudio con múltiples sujetos para asegurar que los resultados no son específicos de un solo individuo y que pueden generalizarse, cada réplica sigue el mismo procedimiento de línea base e intervención (Ybarra et al., 2015).

Desde el inicio de la intervención y hasta su conclusión se analizan visualmente los datos para identificar tendencias y cambios en el comportamiento (Kazdin, 2011). Además, se pueden aplicar análisis estadísticos para confirmar la significancia de los cambios observados por lo que estas intervenciones son valiosas en contextos donde es difícil reunir grandes muestras y se busca una evaluación detallada y específica de los efectos de una intervención en individuos únicos (Sharif et al., 2024).

MÉTODO

El objetivo de esta sección es describir la metodología clínica empleada en el desarrollo de intervenciones TCC con componentes de Psicología Positiva (PP), aplicadas en infantes o adolescentes mexicanos.

PROCEDIMIENTO

Analizamos el desarrollo de cinco intervenciones para niños o adolescentes basadas en el modelo TCC que además incluyeron componentes de PP, para indagar los pasos que siguieron en la construcción e implementación de la intervención. Realizamos un Análisis de las Prácticas Metodológicas que se refiere a una metodología de investigación cualitativa que se centra en examinar y evaluar las prácticas, métodos y enfoques utilizados en estudios e investigaciones dentro de un campo específico (Ybarra et al., 2015). Este tipo de análisis se utiliza para entender cómo se realizan las investigaciones, identificar las fortalezas y debilidades de los métodos empleados, y proporcionar recomendaciones para mejorar las prácticas futuras como una herramienta valiosa. Esto a su vez, garantiza que las investigaciones se realicen con rigor y calidad, y para promover el avance continuo de la ciencia y el conocimiento en diversas disciplinas (García-Cabrero et al., 2008).

RESULTADOS

Analizamos las etapas del desarrollo de cinco intervenciones para niños o adolescentes, considerando autores, la manera de realizar la detección de necesidades de atención psicológica, si contaban con validación por jueces o piloteo, los componentes del tratamiento, el tipo de diseño de la intervención y finalmente cuáles fueron los resultados. La tabla 1 muestra el resumen de las intervenciones analizadas.

Derivado de la revisión de estas intervenciones identificamos una metodología que incluye al menos 4 fases para el desarrollo e implementación de tratamientos TCC con componentes de PP. Destacando que en la fase 1 de detección de necesidades se pueden emplear grupos focales, la aplicación de pruebas psicométricas y finalmente el análisis

Tabla 1. Resumen de intervenciones incluidas

Nombre del Tx y Autores	Tipo de identificación de necesidades de Atención Psicológica	Validación por jueces/ piloteo	Componentes del Tx	Diseño de N=1/ Diseño Grupal	Principales Resultados
El Juego del Optimismo para Niños con Cáncer y sus familias (Valencia, et al., 2006)	Grupos focales con niños con diagnóstico oncológico. Grupos focales con padres de niños con cáncer. Grupos focales con personal Médico Aplicación de batería psicológica para pacientes oncológico pediátricos	Se contó con la validación de 23 jueces expertos que evaluaron las metas del tratamiento, la pertinencia de las estrategias y la posibilidad de alcanzar los resultados esperados. Realizaron además la revisión del material clínico elaborado para esta intervención	Psicoeducación Reestructuración cognitiva Entrenamiento en optimismo aprendido Entrenamiento en Habilidades Sociales.	Se realizó un diseño de N=1 de tipo AB, con línea base múltiple por criterios con 5 réplicas	Participaron niños con cáncer y sus padres. Se observó mejoría estadística y clínicamente significativa en los componentes del tratamiento, tanto a nivel cognitivo, emocional y conductual, tanto en los niños como en sus padres
Intervención cognitivo conductual "El amor es con la cabeza y el corazón" (Rueda, 2022)	Aplicación de batería psicológica para adolescentes. Se evaluaron las variables de regulación emocional, personalidad y creencias y actitudes hacia la violencia en el noviazgo	La validación se realizó con 15 expertos en el campo de la psicología cognitivo conductual en adolescentes. Se realizó una revisión de los componentes y materiales de la intervención para determinar la pertinencia, viabilidad y la relación entre los objetivos y metas de la intervención.	Psicoeducación Reestructuración cognitiva Estrategias de regulación emocional Entrenamiento en solución de conflictos Entrenamiento en asertividad Promoción de emociones y relaciones interpersonales positivas	Se realizó un diseño de N=1 de tipo AB	Se observó disminución en malestar general emocional, comunicación violenta y hubo un aumento en el bienestar percibido.
Intervención cognitivo-conductual con componentes de psicología positiva para desarrollar fortalezas de carácter en niños sin y con sintomatología depresiva (Lima & Straffon, 2018)	Evaluación de variables psicológicas (sintomatología depresiva, fortalezas de carácter y habilidades sociales) dentro del contexto escolar, para la identificación de niños con problemas de regulación emocional.	Se contó con la participación de 15 expertos en el campo de la práctica clínica y terapia infantil bajo el modelo cognitivo-conductual y de psicología positiva. Los expertos evaluaron los componentes de la intervención en tres áreas: 1) objetivos de tratamiento, 2) procedimiento, y 3) resultados esperados.	Psicoeducación Entrenamiento regulación emocional Reestructuración cognitiva Entrenamiento en habilidades sociales Entrenamiento en habilidades de afrontamiento y solución de problemas Promoción de las fortalezas de carácter Entrenamiento en relajación y mindfulness.	Intervención grupal (control y de réplica), con dos evaluaciones (pre y post). Se realizó análisis estadístico para diferenciar entre participantes con y sin sintomatología depresiva. Análisis estadístico de las fortalezas de carácter, mediante la técnica de partición de mitades.	Se observó en los participantes sin sintomatología depresiva una mejora clínica y estadísticamente significativa en el uso de fortalezas de carácter y habilidades sociales. No obstante, en los participantes con sintomatología depresiva, únicamente se reportaron cambios clínicos.

continua...

...continuação

Tabla 1. Resumen de intervenciones incluidas

Nombre del Tx y Autores	Tipo de identificación de necesidades de Atención Psicológica	Validación por jueces/ piloteo	Componentes del Tx	Diseño de N=1/ Diseño Grupal	Principales Resultados
Intervención cognitivo conductual "La linterna de la vida" (Fuentes, 2022).	Evaluación psicométrica de Ideación suicida y Resiliencia en adolescentes	Participaron 7 jueces expertos en el campo de la psicología clínica bajo el modelo cognitivo conductual e intervención con ideación suicida	Psicoeducación Entrenamiento en estrategias de regulación emocional Control de impulsos Reestructuración cognitiva Promoción de resiliencia Estrategias de afrontamiento Entrenamiento en solución de problemas Promoción de relaciones interpersonales positivas	Se realizó un diseño de N=1 de tipo AB	Los resultados mostraron un aumento en la resiliencia, percepción de alegría, calma y agradecimiento. Disminución de tristeza, enojo y miedo. Aspectos como los pensamientos irracionales y la ideación suicida no tuvieron cambios estadísticamente significativos.
Intervención Cognitivo conductual para disminuir factores de riesgo en niños con sobrepeso (Straffon, 2020)	Evaluación de variables psicológicas (depresión, ansiedad, rasgos de personalidad) para la identificación de factores de riesgo en niños que presentan sobrepeso	Participaron 11 jueces y expertos en el campo de la psicología clínica	Psicoeducación Entrenamiento regulación emocional Reestructuración cognitiva Entrenamiento en habilidades sociales Entrenamiento en habilidades de afrontamiento y solución de problemas	Se realizó un diseño de N=1	Se observó un cambio favorable en los niveles de sintomatología depresiva y ansiedad. Hubo una mejor regulación emocional. Existió una mejor relación con la alimentación.

de correlaciones o asociaciones entre estas variables. Para la fase 2 el terapeuta deberá hacer una revisión exhaustiva de la literatura para conocer el estado del arte, logrando generar revisiones sistemáticas o bien integrar la información mediante estrategias del análisis conductual aplicado como la formulación de caso clínico mediante representaciones pictográficas como los mapas clínicos de patogénesis o los mapas de alcance de metas. Para la fase 3 destacamos que, ya sea mediante la participación de jueces expertos o mediante el piloteo se busca identificar la pertinencia del objetivo, las técnicas seleccionadas e incluso los resultados esperados. Finalmente, en la etapa 4 aplicar las estrategias considerando la importancia de apoyarse en la realización de un análisis funcional de la conducta, la manualización de la intervención para cerrar con la difusión y divulgación de estas propuestas. La figura 1 muestra las fases del desarrollo e implementación de un tratamiento de TCC y PP.

DISCUSIÓN

Las necesidades de atención psicológica en la población infanto-juvenil son apremiantes y requieren que los profesionales de la salud mental cuenten con estrategias sólidas y efectivas (Santana *et al.*, 2023). Es crucial que los terapeutas no solo tengan un dominio teórico, sino que también comprendan profundamente la importancia de desarrollar e implementar estas estrategias con el cuidado y rigor necesarios para asegurar el éxito del tratamiento (Rief *et al.*, 2024). La falta de atención a estos detalles puede comprometer la efectividad de las intervenciones, lo que subraya la necesidad de una capacitación continua y de alta calidad en la aplicación de intervenciones basadas en evidencia (Ybarra *et al.*, 2015).

Además, es fundamental que los profesionales sean conscientes de las particularidades del desarrollo infanto-

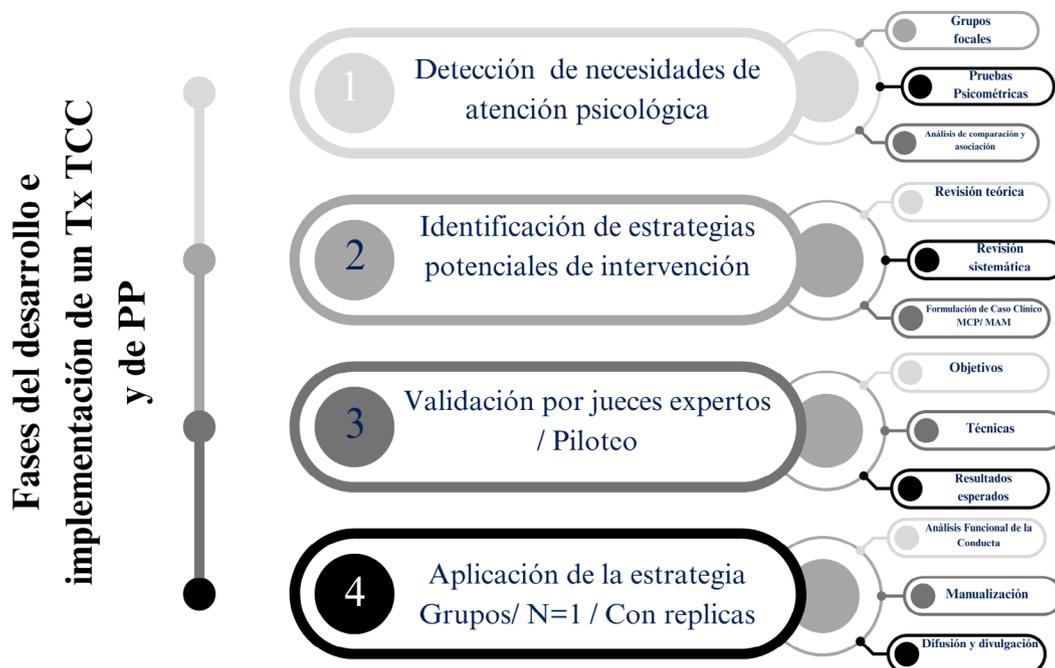


Figura 1. Fases en el desarrollo e implementación de un Tratamiento Cognitivo Conductual con Componentes de Psicología Positiva.

juvenil, adaptando las intervenciones a las necesidades y características específicas de este grupo etario (Oud et al., 2019).

En la actualidad la prevención juega un rol muy importante en la salud mental ya que brindar a la población infanto-juvenil estrategias o habilidades que puedan emplear en su vida adulta, es una manera muy efectiva de reducir problemáticas a las que se puedan enfrentar. Además, disminuye el impacto que estas puedan tener en su día a día (Vallis et al., 2020). La intervención temprana y adecuada no solo ayuda en la resolución de problemas emocionales y conductuales presentes, sino que también actúa como una medida preventiva, evitando la exacerbación de síntomas y la aparición de trastornos más graves en el futuro (Csirmaz et al., 2024).

Otro aspecto relevante es la interdisciplinariedad en la atención psicológica. Los terapeutas deben colaborar con otros profesionales de la salud y la educación para abordar de manera integral las problemáticas que afectan a los niños y adolescentes (Galán-Luque et al., 2023). Este enfoque colaborativo permite un entendimiento más amplio de los factores que influyen en la salud mental de los jóvenes, incluyendo aspectos biológicos, sociales y familiares, lo que facilita la implementación de intervenciones más completas y efectivas (Bukhari et al., 2023).

De igual forma, la inclusión de la familia en el proceso terapéutico es esencial. Los padres y cuidadores no solo deben estar informados sobre las estrategias utilizadas, sino que deben participar activamente en el tratamiento, lo que puede

potenciar los resultados y asegurar una mayor adherencia a las recomendaciones terapéuticas (Qasshqai et al., 2024).

CONSIDERACIONES FINALES

El análisis detallado de las intervenciones cognitivo-conductuales desarrolladas para la población infanto-juvenil revela que la implementación de estrategias basadas en evidencia es fundamental para abordar de manera efectiva los desafíos emocionales y conductuales en este grupo etario. La revisión de cinco estrategias específicas para niños con enfermedades oncológicas pediátricas, sintomatología depresiva, adolescentes con depresión e ideación suicida, el sobrepeso en la infancia y el desarrollo de noviazgo saludable demuestra que las intervenciones estructuradas bajo el modelo cognitivo-conductual, con la integración de componentes de psicología positiva, no solo son viables sino altamente efectivas. El componente de la psicología positiva en las intervenciones aporta un mayor énfasis en la búsqueda del bienestar de la persona, generando no solo buenos resultados sino un aprendizaje significativo a largo plazo teniendo así un mejor efecto en su futuro y volviéndose así una buena estrategia de prevención.

La capacidad de los terapeutas para diseñar intervenciones basadas en evidencia es crucial para atender eficazmente las necesidades psicológicas de la población infanto-juvenil. Estos profesionales no solo deben poseer conocimientos sólidos sobre el desarrollo normal y patológico,

sino también dominar técnicas avanzadas de evaluación y tratamiento que aborden tanto los síntomas internalizados como externalizados. La creación de intervenciones estructuradas y fundamentadas en la evidencia científica asegura que los terapeutas puedan implementar estrategias efectivas y adaptadas a cada caso particular, promoviendo la prevención de problemas emocionales y conductuales, el fomento de estilos de vida saludables y el tratamiento adecuado de trastornos ya presentes.

Además, un enfoque basado en evidencia permite la inclusión de componentes innovadores y validados, como la psicología positiva, lo que contribuye significativamente al bienestar integral de niños y adolescentes y garantiza una atención de calidad respaldada por la investigación actual. La sistematización de las fases de detección de necesidades, revisión de literatura, validación de objetivos y técnicas, y aplicación de estrategias, fortalecen el proceso terapéutico y maximiza el impacto positivo en la vida de los jóvenes. Es imperativo que la formación de los terapeutas incluya no solo el dominio de técnicas avanzadas, sino también la capacidad de adaptar estas intervenciones a las necesidades individuales de cada paciente, promoviendo así un enfoque terapéutico holístico y efectivo. Finalmente, la investigación continua y la colaboración interdisciplinaria son esenciales para la evolución y mejora constante de las prácticas terapéuticas, asegurando una atención de calidad y respaldada por la evidencia científica para la población infanto-juvenil.

En conclusión, la implementación de intervenciones cognitivo-conductuales basadas en evidencia, combinadas con una formación sólida y continua de los profesionales, y un enfoque colaborativo e interdisciplinario, son fundamentales para el éxito en la atención psicológica de la población infanto-juvenil. La integración de la familia en el proceso terapéutico y la consideración de factores contextuales amplios también son aspectos cruciales que deben ser incorporados para maximizar el impacto positivo de las intervenciones en la vida de los jóvenes y sus familias.

REFERENCIAS

- Abu Omar, D., Kirkman, A., Scott, C., Babicova, I. & Irons, Y. (2024). Positive Psychology Interventions to Increase Self-Esteem, Self-Efficacy, and Confidence and Decrease Anxiety among Students with Dyslexia: A Narrative Review. *Youth*, 4(2), 835-853. <https://doi.org/10.3390/youth4020055>
- Alvarado-Hernández, M. F., Becerra-Gálvez, A. L. & Pérez-Ortiz, A. (2023) Intervenciones individuales con Enfoque Cognitivo-Conductual para el trastorno de estrés postraumático en niños: Una revisión sistemática. *Revista de psicología de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 12(34), 217-248. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v12i34.22520>
- APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271-285. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>
- Ayala, V. H., Caso-López, A. C., Juárez, M. F., Cabrera, F. P., Chainé, S. M., Trejo, A. P., ... & Torres, N. B. (2001). Tratamiento de agresión infantil: Desarrollo y Evaluación de programas de intervención conductual multi-agente. *Mexican Journal of Behavior Analysis*, 27(1), 1-34. <http://rmac-mx.org/tratamiento-de-agresion-infantil-desarrollo-y-evaluacion-de-programas-de-intervencion-conductual-multi-agente/>
- Baourda, V. C., Brouzos, A. & Vassilopoulos, S. P. (2024). "Feel Good - Think Positive": A Positive Psychology Intervention for Enhancing Optimism and Hope in Elementary School Students. A Pilot Study. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 9, 1105–1125. <https://doi.org/10.1007/s41042-024-00173-2>
- Bukhari, S.R., Riaz, M. & Shah, S. (2023) Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) for anxiety among children and adolescents: a systematic review. *Russian Law Journal*, 11(3), 2236-2243. <https://doi.org/10.52783/rlj.v11i3.2061>
- Butrón, T., García, R., Marcelo, L., & Valencia, A. (2022). Regulación emocional y niveles de ansiedad en niños escolarizados de 9 a 11 años (Hidalgo, México). *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 68(1), 5-13. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13916>
- Cerecero-García, D., Macías-González, F., Arámburo-Muro, T., & Bautista-Arredondo, S. (2020). Síntomas depresivos y cobertura de diagnóstico y tratamiento de depresión en población mexicana. *Salud pública de México*, 62(6), 840-850. <https://doi.org/10.21149/11558>
- Chorpita, B. F., & Daleiden, E. L. (2009). Mapping evidence-based treatments for children and adolescents: Application of the distillation and matching model to 615 treatments from 322 randomized trials. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77(3), 566-579. <https://doi.org/10.1037/a0014565>
- Contreras, E. V., Martínez, K. I. M., Cabrera, F. J. P., & Chainé, S. M. (2012). Incursión del programa de intervención breve para adolescentes en el E-learning: resultados del piloteo. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 55, 42-47. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67424409005>
- Cortés, A. E., & Tena, R. O. (2011). Intervención conductual en un caso de onicofagia. *Enseñanza e investigación en psicología*, 16(1), 103-113. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29215963009>
- Csirmaz, L., Nagy, T., Viktor, F., Kasos, K. (2024). Cognitive Behavioral Digital Interventions are Effective in Reducing Anxiety in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Prevention*, 45, 237-267. <https://doi.org/10.1007/s10935-023-00760-0>
- Friedberg, R.D. & Paternostro, J.K. (2019). *Handbook of Cognitive Behavioral Therapy for Pediatric Medical Conditions*. Springer.
- Fuentes, B., Herrera, S., Valencia, A., & Ruíz, A. (2023). Resiliencia: adolescente ante abuso sexual y negligencia familiar. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 10(20), 132-159. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v10i20.16713>
- Fuentes, B., Valencia, A., & Galán, S. (2022). La pandemia del COVID-19 y el estudio del comportamiento suicida: análisis de

- publicaciones científicas. *Revista de Psicología*, 18(36), 47-59. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789>
- Galán-Luque, T., Serrano-Ortiz, M. & Orgilés, M. (2023) Effectiveness of psychological interventions for child and adolescent specific anxiety disorders: A systematic review of systematic reviews and meta-analyses. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 10(1), 31-41. https://www.revistapcna.com/sites/default/files/2261_2.pdf
- García Cabrero, B., Loredó Enríquez, J., & Carranza Peña, G. (2008). Análisis de la práctica educativa de los docentes: pensamiento, interacción y reflexión. *Revista electrónica de investigación educativa*, 1-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15511127006>
- García-Vera, M. P., & Sanz, J. (2005). Necesidades de atención psicológica en la población española: Resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2001. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 10(3), 185-206.
- González, L., Ortega, N., Guzmán, J., Valencia, A., & García, R. (2023). Intervención cognitivo conductuales en adolescentes con TDAH: revisión sistemática. *Revista Pedagógica de la Universidad de Cienfuegos*, 19(99), 25-31. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v19n90/1990-8644-rc-19-90-25.pdf>
- Hu, J. (2024). Operant Conditioning in Child Psychology: Understanding the Influence of Rewards and Punishments on Children's Behavior. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 44(1), 259-265. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/44/20230161>
- Journeaux, A. (2023). A Systematic Review of Cognitive Behavioural Therapy as a Non-Pharmacological Intervention for School Aged Children With ADHD. *BJ Psych Open*, 9(Suppl 1), S56-S57. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.203>
- Kazdin, A. E. (2018). *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents*. Oxford University Press.
- Kazdin, A. E. (2011). *Single-Case Research Designs: Methods for Clinical and Applied Settings* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Lima, A., & Galán, S. (2021). Escalas e instrumentos para la medición de la depresión en el primer nivel de atención. *Mexican Journal of Medical Research ICSa*, 9(17), 22-27. <https://doi.org/10.29057/mjmr.v9i17.5586>
- Lima, A. & Straffon, D. (2018). *Intervención Cognitivo-Conductual con componentes con componentes de Psicología Positiva para desarrollar fortalezas de carácter en niños con y sin sintomatología depresiva* (Tesis publicada). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/jspui/bitstream/231104/2131/1/Intervención%20cognitivo-conductual%20con%20componentes%20de%20psicología%20positiva%20para%20desarrollar%20fortalezas%20de%20carácter%20en%20niños.pdf>
- Martínez, K. I., Salazar Garza, M. L., Pedroza Cabrera, F. J., Ruiz Torres, G. M., & Ayala
- Velázquez, H. E. (2008). Resultados preliminares del programa de intervención breve para adolescentes que inician el consumo de alcohol y otras drogas. *Salud mental*, 31(2), 119-127. <https://doi.org/10.28931/riiad.2017.1.03>
- Martínez, K. I., Pedroza Cabrera, F. J., Salazar Garza, M. L., Muro, V., & de los Ángeles, M. (2010). Evaluación experimental de dos intervenciones breves para la reducción del consumo de alcohol de adolescentes. *Revista mexicana de análisis de la conducta*, 36(3), 35-53. <https://doi.org/10.5514/rmac.v36.i3.21374>
- Mendoza, G. B., & Pedroza, C. F. J. (2015). Evaluation of the Effectiveness of an Intervention Program in Reducing Bullying and Disruptive Behavior. *Acta de investigación psicológica*, 5(2), 1947-1959. [https://doi.org/10.1016/s2007-4719\(15\)30015-6](https://doi.org/10.1016/s2007-4719(15)30015-6)
- Nathan, P. E., & Gorman, J. M. (Eds.). (2015). *A Guide to Treatments That Work (4th ed.)*. Oxford University Press.
- Oud, M., Winter, L. D., Vermeulen-Smith, E., Bodden, D., Nauta, M., Stone, L., Heuvel, M. V. D., Al Taher, R., Graaf, I. D., Kendall, T., Engels, R. & Stikkelbroek, Y. (2019). Effectiveness of CBT for children and adolescents with depression: A systematic review and meta-regression analysis. *European Psychiatry*, 57, 33-45. <http://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.12.008>
- Pérez, M, D. P., Alvarado, J. I. U., López, T. M. T., & Tena, R. O. (2022). Violencia estudiantil contra docentes. Estudio de caso en una secundaria pública del estado de Jalisco. *Diálogos sobre educación. Temas actuales en investigación educativa*, 13(24), 1-25. <https://doi.org/10.32870/dse.v0i24.1049>
- Smith, J. A. (2020). The psychology of solitude. En R. L. Jones & K. P. Johnson (Eds.), *Understanding human behavior* (pp. 45-67). Academic Press.
- Pureza, J., Lisboa, C. & Marin, A. H. (2016). The development of an intervention based on positive psychology for children involved in bullying. En Petersen, A. C., Koller, S. H., Motti-Stefanidi, F. & Verma, S. (Eds.), *Positive Youth Development in Global Contexts of Social and Economic Change* (pp. 247-264). Routledge.
- Qashqai, M., Emadian S.O. & Ghanadzadegan, H. (2024). Comparing the Effectiveness of Schema-Based Parenting Training with Compassion-Based Parenting Training on Mothers' Parenting Self-efficacy, Self-concept, and Parental Acceptance of Children with Internalizing Problems. *Medical Surgical Nursing Journal*, 12(3), e146992. <https://doi.org/10.5812/msnj-146992>
- Rief, W., Asmund, G.J.G., Bryant, R. A., Clark, D.M., Ehlers, A., Holmes, E. A., McNally, R. J., Neufeld, C. B., Wilhelm, S., Jaroszewski, A.C., Haberkamp, A. & Hofmann, S. G. (2024). The future of psychological treatments: The Marburg Declaration. *Clinical Psychology Review*, 110, 102417. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102417>
- Rueda, L. L. V., Mijangos, S. N. H., & Valencia, O. A. I. (2022). Narrativa de la violencia en el noviazgo desde la voz masculina. *Revista Argentina de Investigación Narrativa*, 2(4), 74-84. <https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php>
- Rueda, V., Valencia, A., Consuelos, M., & García, R. (2021). Revisión teórica de la violencia en el noviazgo: formulación de caso basada en evidencias. En *Rostros y huellas de las violencias en América Latina* (1.ª ed., pp. 417-426). Porrúa. <https://www.researchgate.net/profile/Mauricio-Consuelos/publication/358689499>
- Santana, S., Silva, D., Bezerra, A., Mariano, T., Maltoni, J., Matos, M. & Neufeld, C. (2023). Comportamentos Autolesivos, Percepção de Suporte Familiar e Sintomas Ansiosos e Depressivos em

- Adolescentes Pernambucanos. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 23, 647-666. <https://doi.org/10.12957/epp.2023.77703>
- Secretaría de Salud. (2022, 14 septiembre). 467. *Más de 50% de trastornos mentales en la edad adulta iniciaron en la niñez y la adolescencia* [Comunicado de prensa]. <https://www.gob.mx/salud/prensa/467-mas-de-50-de-trastornos>
- Sharif, L., Sharif, F., Corcoran, A. & Rizvi, S. (2024). Use of happiness toolkit in paediatric outpatient for children with social-emotional difficulties. *BMJ Pediatrics Open*, 8(5), A61-A63.
- Straffon Oliveras, D. K. (2020). Intervención Cognitivo-conductual para disminuir factores de riesgo en niños con sobrepeso (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/handle/231104/3783>
- Straffon-Oliveras, D. K., Valencia-Ortiz, A. I., Bautista-Díaz, M. L., & Lima-Quezada, A. (2019). Hábitos alimentarios y sintomatología de depresión en niños escolares: estudio de seguimiento a un año. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*, 1(1), 15-25. <https://doi.org/10.29057/jbapr.v1i1.4436>
- Suárez, K., & Kazdin, A. (2023). Salud mental infantil y la brecha de tratamiento en México. *Psicología y Salud*, 33(1), 5-18. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2768>
- Tönis1, K. J. S., Drossaert, C. H. C., Klooster, P. M., Schaer, M., Bourgeron, T., Buitelaar, J. K., Sadaka, Y., Freitag, C. M., Lapidus, K. M., Chiochetti, A. G., Staal, W. G. & Bohlmeijer, E. T. (2024). Effectiveness of a positive psychology and mindfulness-based app on mental health for parents of children with a neurodevelopmental disorder: study protocol of a pragmatic international randomized controlled trial, *Trials*, 25 (412), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s13063-024-08256-w>
- United Nations Children's Fund. (2021). The state of the world's children 2021: On my mind (promoting, protecting and caring for children's mental health) (1st ed.). UNICEF. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>
- Valencia, A., Gil, F., & Martínez, Y. (2015). Promoción de la salud y el bienestar desde la perspectiva de la Psicología Positiva. En Camacho, E. & Galán, S. *Alternativas psicológicas de intervención en problemas de Salud*. Manual Moderno.
- Vallis, E. H., Zwicker, A., Uher, R. & Pavlova, B. (2020). Cognitive-behavioural interventions for prevention and treatment of anxiety in young children: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 81, 101904. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101904>
- Vázquez, R., Hubert, C., Portillo, A., Valdés, R., Barrientos, T., & Villalobos, A. (2023). Sintomatología depresiva en adolescentes y adultos mexicanos. *Ensanut 2022. Salud Pública de México*, 65(1). s117-s125. <https://doi.org/10.21149/14827>
- Wang, N., Kong, J., Bai, N., Zhang, H. & Yin, M. (2024). Psychological interventions for depression in children and adolescents: A bibliometric analysis. *World Journal of Psychiatry*, 14(3), 467-483. <https://doi.org/10.5498/wjp.v14.i3.467>
- Weisz, J. R., & Kazdin, A. E. (Eds.). (2017). *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. University Press.
- Wolpe, J. (1977). *Práctica de la terapia de conducta*. Trillas.
- Xie, Y., Zhu, X., Wang, L., Wan, Z., Yang, J., Sul, C., Shuyu, D., Xu, C. & Kan, B. (2024). A network meta-analysis of psychological interventions for children and adolescents after natural and man-made disasters. *BMC Psychiatry*, 24, 1-16. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05924-8>
- Ybarra, J., Orozco, L., & Valencia, O. A. (2015). *Intervenciones con apoyo empírico: Herramientas fundamentales para el psicólogo clínico y de la salud*. El Manual Moderno.

Artículo enviado el: 1 de agosto de 2024.

Artículo Aceptado el: 21 de octubre de 2024.

Artículo publicado en línea en: día de mes de año.

Fuente de financiación: No se indica nada.

Editor responsable:

Jennifer Morales Cruz

Otros datos relevante:

Este artículo fue enviado al código RBTC 520.