

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i2.1061>

Eficacia de las intervenciones psicológicas en contextos de disfunción familiar: una revisión sistemática

Effectiveness of psychological interventions in contexts of family dysfunction: a systematic review

Angela Edilma Becerra Lema

<https://orcid.org/0009-0003-9321-4680>

angela.becerra@unach.edu.ec

Universidad Nacional de Chimborazo
Riobamba - Ecuador

Verónica Freire Palacios

<https://orcid.org/0000-0001-9493-6552>

vfreire@unach.edu.ec

Universidad Nacional de Chimborazo
Riobamba – Ecuador

Artículo recibido: 10 marzo 2025

- Aceptado para publicación: 20 abril 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

El presente artículo ofrece una revisión sistemática que evaluó la evidencia empírica sobre la eficacia de la terapia familiar, los enfoques cognitivo-conductuales y los programas de habilidades parentales en el abordaje de la disfunción familiar. Los estudios revisados indican que la terapia familiar posibilita espacios de expresión emocional y resolución de conflictos, lo que se traduce en una mayor cohesión y comunicación entre los miembros (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018). Por su parte, las intervenciones cognitivo-conductuales fortalecen el apoyo mutuo y transforman patrones relacionales disfuncionales (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023). Asimismo, los programas de habilidades parentales dotan a los cuidadores de recursos para establecer una comunicación asertiva y un entorno seguro (Fernández et al., 2022). En conjunto, estas estrategias muestran resultados positivos en la mejora de la cohesión, la comunicación y la estabilidad emocional en familias con disfunción estructural, fomentando la empatía, la resiliencia y el bienestar de todos sus integrantes.

Palabras clave: intervenciones psicológicas, familias disfuncionales, terapia familiar, capacitación para padres, bienestar emocional

ABSTRACT

This article is a systematic review that evaluates the effectiveness of various psychological interventions in dysfunctional families. Family therapies, cognitive-behavioral approaches, and

parenting skills programs are analyzed. Studies indicate that family therapies facilitate spaces for emotional expression and conflict resolution, improving cohesion and communication (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018). Cognitive-behavioral interventions, meanwhile, strengthen mutual support and transform dysfunctional patterns (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023). Furthermore, parenting skills programs provide caregivers with tools to establish assertive communication and a safe environment (Fernández et al., 2022). Together, these strategies promote significant changes in family dynamics, enhancing empathy, resilience, and the emotional well-being of its members.

Keywords: psychological interventions, dysfunctional families, family therapy, parent training, emotional well-being

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

La presente revisión sistemática integra teoría contemporánea y datos empíricos actuales para identificar patrones de eficacia en distintas estrategias terapéuticas dirigidas a optimizar el funcionamiento de familias en contextos disfuncionales. La disfunción familiar se manifiesta en patrones de comunicación inadecuados, conflictos persistentes y un deterioro de la cohesión y el apoyo emocional, factores asociados a un mayor riesgo de problemas emocionales y conductuales en sus integrantes (Camacho-Gómez & Castellví, 2020).

La evidencia indica que la terapia familiar, los enfoques cognitivo-conductuales con perspectiva sistémica y los programas de habilidades parentales logran revertir estos patrones al mejorar la comunicación, la resolución de conflictos y la cohesión familiar (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018). Además, los datos epidemiológicos subrayan la alta prevalencia de entornos familiares problemáticos y la necesidad urgente de intervenciones efectivas que mitiguen sus consecuencias negativas (Fernández et al., 2022).

Este artículo analiza y compara críticamente dichas estrategias a la luz de la evidencia más reciente, ofreciendo una visión actualizada que oriente la práctica clínica y el diseño de políticas públicas en salud familiar (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023).

MATERIALES Y MÉTODOS

Se desarrolló una revisión sistemática basada en las directrices PRISMA (Moher et al., 2009), incluyendo cuatro bases de datos internacionales: Scopus, PubMed, PsycINFO y Google Scholar. Para la estrategia de búsqueda se combinaron, mediante operadores booleanos, términos específicos como “psychological”, “interventions”, “dysfunctional families”, “psychological interventions” y “therapy”, con el fin de maximizar tanto la precisión como la relevancia de los resultados.

Se incluyeron estudios publicados entre 2020 y 2025, sin restricción de idioma, que evaluaran intervenciones dirigidas a familias disfuncionales, clasificadas según tipo, diseño metodológico y población objetivo. Se admitieron revisiones sistemáticas y metaanálisis, ensayos controlados aleatorizados, estudios experimentales y cuasiexperimentales, ensayos no aleatorizados, estudios piloto cualitativos y artículos de síntesis narrativa.

La selección se realizó en dos fases: primero se cribaron títulos y resúmenes para descartar trabajos irrelevantes; después se examinó el texto completo de los artículos preseleccionados para confirmar su elegibilidad según los criterios establecidos. Posteriormente se extrajeron datos clave relativos al tipo de intervención, características de la muestra, medidas de resultado y periodos de seguimiento, lo que permitió efectuar una síntesis cualitativa y, cuando fue posible, cuantitativa de la evidencia. Este procedimiento garantiza la transparencia y la solidez metodológica del análisis, además de ofrecer una comprensión detallada de los efectos y mecanismos de acción de las intervenciones evaluadas.

Criterios de inclusión

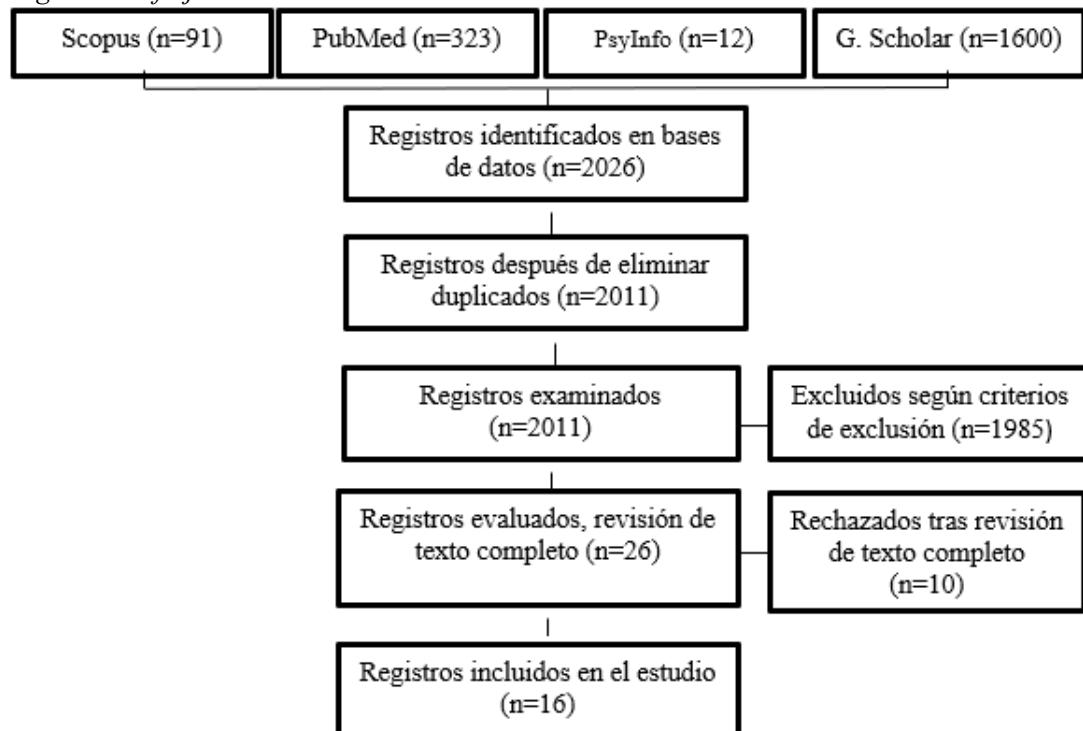
- **Periodo de publicación:** Artículos publicados entre 2020 y 2025.
- **Intervención:** Estudios que aborden intervenciones psicológicas dirigidas a familias disfuncionales, incluyendo terapia familiar, terapia cognitivo-conductual y programas de habilidades parentales.
- **Objetivos:** Investigaciones que evalúen la efectividad en el mejoramiento de la comunicación, cohesión y reducción de comportamientos disfuncionales o síntomas emocionales, así como el fortalecimiento de las relaciones entre padres e hijos.
- **Idioma y ubicación:** No existen restricciones de idioma ni de zona geográfica.
- **Tipo de estudio:** Estudios empíricos originales, tanto cuantitativos como cualitativos, que aporten datos sobre la efectividad de las intervenciones.
- **Costo:** Publicaciones de libre acceso.

Criterios de exclusión

- **Periodo:** Publicaciones fuera del rango 2020–2025.
- **Enfoque temático:** Artículos que no se centren específicamente en intervenciones psicológicas para familias disfuncionales o que aborden temas generales sin evaluar la efectividad en la dinámica familiar.
- **Tipo de publicación:** Trabajos que no sean estudios empíricos (por ejemplo, editoriales, cartas al editor, opiniones sin respaldo metodológico, revisiones narrativas sin análisis sistemático).
- **Datos insuficientes:** Estudios que no reporten resultados medibles o evaluaciones sobre la efectividad de la intervención.
- **Duplicados:** Publicaciones redundantes o versiones duplicadas del mismo estudio.
- **Costo:** Artículos que requieran pago monetario para su acceso.

Figura 1

Diagrama de flujo PRISMA



RESULTADOS

Los datos extraídos de los estudios incluidos se sintetizan en la Tabla 1, la cual resume objetivos, diseños, muestras y resultados clave para cada intervención:

Tabla 1

Resultados y análisis de los artículos

Autor(es)	Objetivo	Diseño / Muestra	Resultados	Contribución científica
(Waraan et al., 2023)	Evaluar, a través de una revisión sistemática y un meta-análisis, la efectividad de la terapia familiar en comparación con otros tratamientos activos para adolescentes con trastornos depresivos o ideación suicida.	Se trata de una revisión sistemática y meta-análisis de ensayos controlados aleatorios (RCT). La muestra total incluyó 10 estudios, abarcando 788 adolescentes (edad promedio de 14.73 años, 65.3 % de las participantes fueron mujeres).	Para los síntomas depresivos, la meta-análisis no mostró diferencias significativas entre la terapia familiar y los tratamientos comparativos (efecto estimado $g = 0.08$; IC 95%: -0.10 a 0.27). En cuanto a la ideación suicida, se encontró un efecto significativo a favor de la terapia familiar ($g = 0.34$; IC 95%: 0.12 a 0.57).	La terapia familiar no muestra mayor eficacia que otros tratamientos para reducir síntomas depresivos en adolescentes, pero sí disminuye de forma significativa la ideación suicida, lo que sugiere un beneficio específico que debe explorarse en estudios futuros

(Pourmov ahed et al., 2021)	Evaluar los efectos de la terapia familiar, basada en el modelo McMaster, sobre la función familiar en parejas casadas de la provincia de Yazd, Irán.	Se trata de un estudio semi experimental con diseño pretest-postest. La muestra estuvo compuesta por 40 parejas (divididas aleatoriamente en grupos de intervención y control) reclutadas en Yazd en el año 2017.	El grupo de intervención mostró mejoras significativas frente al grupo control en resolución de problemas, comunicación, responsividad e involucramiento emocional, y función general. Aunque roles y control del comportamiento no mostraron diferencias iniciales, sí fueron significativas tras el análisis de covarianza.	El estudio demuestra que la terapia familiar basada en el modelo McMaster mejora significativamente el funcionamiento familiar, especialmente en resolución de problemas, comunicación y vinculación emocional, respaldando su utilidad en intervenciones con parejas y su aplicabilidad en contextos culturales como el iraní.
(Maya et al., 2020)	El objetivo fue obtener evidencia empírica, a través de un estudio piloto cualitativo, sobre el proceso terapéutico de la Terapia Familiar Psicodramática Basada en Escenas (SB-PFT) con adolescentes problemáticos y sus padres. Se buscó evaluar la percepción de cambio de los participantes y examinar la utilidad percibida de la metodología y las técnicas empleadas.	Se trata de un estudio piloto de enfoque cualitativo en basado en grupos focales, utilizando los principios de la Teoría Fundamentada (Grounded Theory). La muestra incluyó 10 grupos de intervención de familias, conformados por 110 participantes en total (63 adolescentes y 47 padres), que completaron el tratamiento de SB-PFT.	Tanto adolescentes como padres experimentaron mejoras en apoyo social y expresión emocional. Los adolescentes, además, mostraron actitudes más prosociales y mejores habilidades de resolución de problemas, mientras que los padres reportaron mayor bienestar emocional y prácticas educativas más efectivas. Ambos grupos valoraron la dinámica grupal y consideraron útiles técnicas como el role-playing y el espejo en el proceso terapéutico.	Este estudio piloto constituye la primera aproximación empírica cualitativa a la SB-PFT, ofreciendo una descripción detallada de su proceso terapéutico y de los cambios percibidos en los participantes. Además, sienta las bases para futuras investigaciones cuantitativas que permitan evaluar la efectividad de esta innovadora intervención, que integra elementos de la terapia familiar, el psicodrama y la metodología de grupos múltiples.
(Hunger et al., 2020)	El objetivo principal fue pilotar un ensayo controlado aleatorizado para comparar la	Este ensayo piloto multicéntrico, controlado y aleatorizado, evaluó a 38 adultos con	Ambas terapias redujeron significativamente la ansiedad social, pero la ST mostró mayor efectividad que la CBT, con	Este estudio piloto sugiere que, aunque CBT y ST son efectivas contra la ansiedad social, la terapia sistémica manualizada (ST)

	eficacia de una terapia sistémica manualizada y monitorizada (ST) con la terapia cognitivo-conductual (CBT), también manualizada y monitorizada, en el tratamiento del trastorno de ansiedad social (SAD).	ansiedad social, asignados a terapia cognitivo-conductual (CBT) o terapia sistémica (ST), con evaluadores cegados. La edad media fue de 36 años y todos los participantes cumplían criterios diagnósticos según SCID y LSAS-SR >30.	mayores tasas de remisión y mejoras en el funcionamiento global, psicológico, interpersonal y social. No se reportaron eventos adversos.	podría ser más beneficiosa, al mostrar mayores reducciones de síntomas, más remisiones y mejor funcionamiento general, respaldando su viabilidad y la necesidad de estudios futuros con mayor rigor.
(Chappelle & Tadros 2020)	El artículo revisa la literatura sobre los efectos de la pobreza y el trauma en adolescentes afroamericanos desde la Terapia Familiar Estructural, mostrando cómo este enfoque ayuda a conceptualizar sus dinámicas familiares y proponiendo implicaciones clínicas y líneas de investigación futuras.	Se trata de una revisión de la literatura (revisión narrativa) que analiza estudios previos relacionados con la influencia de la pobreza y el trauma en adolescentes afroamericanos, utilizando el marco teórico de la terapia familiar estructural.	La revisión señala que los adolescentes afroamericanos en situación de pobreza y con antecedentes de trauma enfrentan retos significativos en salud, educación y relaciones familiares. Propone la terapia familiar estructural como un marco eficaz para evaluar fronteras, roles y jerarquías familiares, promover cambios sistémicos, y sugiere futuras investigaciones que integren factores protectores y fomenten la resiliencia.	El artículo sintetiza la evidencia sobre la terapia familiar estructural para adolescentes afroamericanos afectados por pobreza y trauma, subrayando la importancia de integrar factores socioeconómicos y culturales en las intervenciones, ofrece un marco para estrategias culturalmente competentes y destaca la necesidad de investigar cómo incorporar factores protectores y promover la resiliencia.
(Aazami et al.,2023)	El objetivo fue revisar sistemáticamente la literatura sobre factores de riesgo, protección e intervenciones para reducir la delincuencia juvenil y la reincidencia en	Esta revisión sistemática, basada en el marco PRISMA, analizó 28 estudios en inglés (2012–2022) sobre conflicto familiar, negligencia, maltrato,	El conflicto familiar, la negligencia y el maltrato son los principales predictores de la delincuencia juvenil, mientras que el buen desempeño académico y las relaciones	La revisión sistemática ofrece una síntesis de los factores de riesgo y protección asociados a la delincuencia juvenil, destacando la relevancia de intervenciones familiares y comunitarias.

	EE. UU., con énfasis en el impacto de factores familiares, individuales y comunitarios, y en la efectividad de intervenciones basadas en la familia y la comunidad.	factores de protección individuales y familiares, e intervenciones centradas en la familia y la comunidad.	parentales positivas actúan como factores protectores. Las intervenciones más efectivas son las que integran el entorno familiar y comunitario, destacando la necesidad de enfoques multidimensionales y escalables basados en evidencia.	Proporciona un marco útil para el diseño de políticas y programas preventivos, e identifica áreas clave para futuras investigaciones.
(Hatta Santos Oñg 2021).	Explorar y revisar la literatura acerca de la participación familiar en el manejo de pacientes con enfermedades mentales en atención primaria, destacando los beneficios, desafíos y estrategias para incorporarlos.	Es un artículo de revisión que analiza y sintetiza estudios previos publicados en bases de datos. No se realizó un estudio empírico propio con muestra, sino que se revisó la literatura existente en el tema.	La participación familiar en atención primaria mejora la adherencia al tratamiento, permite detectar recaídas antes, reduce la frecuencia y duración de las hospitalizaciones, eleva la calidad de vida del paciente y disminuye la carga y el estrés de los cuidadores. No obstante, su implementación enfrenta obstáculos como la confidencialidad, el estigma, la escasez de tiempo y recursos, y la necesidad de mayor formación para los profesionales de salud.	El estudio demuestra que la implicación familiar en salud mental primaria, gracias a su accesibilidad, mejor vínculo terapéutico y menor estigma, resulta clave; propone psicoeducación, apoyo familiar y evaluaciones sistemáticas, orientando políticas, investigación y práctica clínica.
Littell et al., 2021)	El estudio evalúa los efectos de la Terapia Multisistémica (MST) en jóvenes de 10 a 17 años con problemas conductuales, analiza la consistencia de	Tipo de estudio: Revisión sistemática actualizada y metaanálisis. Muestra: 23 estudios aleatorizados que incluyeron un total de 3987 familias. Los	El programa mostró reducciones en colocaciones fuera del hogar y arrestos en EE. UU., pero no en otros países, donde incluso aumentaron las condenas a 2.5 años. Hubo mejoras moderadas en delincuencia auto	La revisión evalúa la efectividad de la Terapia Multisistémica (MST), señalando resultados inconsistentes según el contexto y cuestionando su generalización fuera de EE. UU. Destaca la

	los resultados en distintos contextos y examina moderadores como la ubicación, la independencia de los evaluadores y el riesgo de sesgo.	estudios se realizaron en EE. UU., Reino Unido, Canadá, Países Bajos, Noruega y Suecia, entre 1983 y 2020.	informada y funcionamiento familiar, pero no en síntomas juveniles, uso de sustancias ni relaciones sociales. La calidad de la evidencia fue mixta y con alto riesgo de sesgo.	importancia de considerar la calidad metodológica y sugiere más investigaciones y políticas con enfoque crítico y transparente.
(Dippel et al., 2022)	Examinar los efectos de la participación de cuidadores/familiares en intervenciones psicoterapéuticas específicas para la depresión en niños y adolescentes, comparando estos enfoques con intervenciones sin participación familiar.	Revisión sistemática y metaanálisis. Muestra: 19 ensayos controlados aleatorizados (ECA) que incluyeron un total de 1,553 participantes (niños y adolescentes de 3 a 18 años con depresión mayor, distimia o síntomas depresivos subclínicos).	Las intervenciones con participación familiar mostraron un efecto pequeño pero significativo ($d=0.34$), siendo más efectivas cuando involucraban a toda la familia ($d=0.54$) frente a la participación parcial ($d=0.17$). Se observó alta heterogeneidad entre estudios debido a diferencias en diseño, calidad y formato.	Este primer metaanálisis sobre participación familiar en psicoterapia para depresión infantil y adolescente confirma que incluir a la familia mejora la eficacia del tratamiento, destaca la necesidad de estandarizar los formatos de participación y ofrece evidencia para integrar a los cuidadores en la práctica clínica habitual.
(Mousavi Haghighi et al., 2022)	Investigar la efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la Terapia Conductual Integrada de Pareja (IBCT) en la mejora de la intimidad y el funcionamiento familiar en parejas que buscan el divorcio en la ciudad de Bushehr, Irán, en 2020.	Tipo de estudio: Cuasiexperimental, con diseño pretest-postest y grupo de control. Muestra: 45 parejas (90 individuos) que solicitaban el divorcio, seleccionadas mediante muestreo por conveniencia y asignadas aleatoriamente a tres grupos: ACT (15 parejas), IBCT (15 parejas) y	Ambos tratamientos (ACT e IBCT) mostraron una mejora significativa en los puntajes de intimidad y funcionamiento familiar en comparación con el grupo de control ($p < 0.001$). No hubo diferencias significativas entre ACT e IBCT en la mejora de la intimidad y el funcionamiento familiar, lo que sugiere que ambos enfoques son	El estudio confirma que la ACT y la IBCT mejoran la intimidad y el funcionamiento familiar en parejas en proceso de divorcio, aporta evidencia empírica a favor de terapias de tercera generación e integradas para conflictos maritales y subraya la importancia de fomentar la aceptación psicológica y la flexibilidad

		control (15 parejas).	igualmente efectivos.	conductual en terapia de pareja.
(Méndez et al., 2021)	La revisión analiza ensayos clínicos (1980–2020) sobre tratamientos psicológicos para adolescentes con diagnóstico primario de depresión, excluyendo estudios preventivos, y evalúa la evidencia disponible para guiar la elección del tratamiento más adecuado.	La revisión cualitativa incluyó 27 ensayos clínicos aleatorizados con 3501 adolescentes (edad media: 15 años; 66.6% mujeres), principalmente con diagnóstico de trastorno depresivo mayor, tras evaluar 123 estudios potenciales.	La TCC y la TIP cuentan con sólida evidencia de eficacia, especialmente en formato individual, mientras que la TF muestra eficacia posible y la TP sigue siendo experimental. Se enfatiza la necesidad de más estudios para validar las terapias menos consolidadas.	La revisión actualiza la evidencia sobre tratamientos para la depresión adolescente, identifica brechas como la alta no respuesta y el papel poco claro de los padres, destaca la importancia de enfoques basados en evidencia y propone avanzar hacia protocolos transdiagnósticos con apoyo tecnológico, confirmando a la TCC y la TIP como terapias de primera línea.
(Şule et al., 2023)	Realizar una revisión sistemática de ensayos controlados aleatorizados (ECA) para evaluar la efectividad de la Terapia Familiar Cognitivo-Conductual (TFCC) en el tratamiento de diversos problemas psicológicos y físicos. Identificar brechas en la literatura y promover futuras investigaciones sobre la TFCC.	La revisión sistemática analizó 14 ensayos controlados aleatorizados con muestras de 20 a 161 familias, incluyendo niños, adolescentes y adultos con diversos trastornos como ansiedad, trastorno bipolar pediátrico, anorexia, TOC, fatiga y dolor crónico.	La Terapia Familiar Cognitivo-Conductual (TFCC) es más efectiva que intervenciones individuales y psicoeducativas en diversos trastornos infantiles, reduciendo síntomas, mejorando la dinámica familiar y manteniendo beneficios hasta dos años, especialmente en ansiedad, anorexia y afecciones físicas como fatiga crónica y anemia falciforme.	La revisión actualiza la evidencia sobre la eficacia de la TFCC, subraya su flexibilidad y recomienda ampliarla en clínica cuando la dinámica familiar sea central; no obstante, demanda más estudios controlados y seguimientos prolongados, pues la investigación sigue siendo limitada y heterogénea.
(Le grange et al., 2022)	El estudio comparó la efectividad de la FBT y la CBT-E	Se realizó un ensayo de eficacia no aleatorizado con	La FBT mostró mayor ganancia de peso al final del tratamiento, aunque	La FBT es más efectiva para una rápida recuperación de peso en

	en adolescentes con trastornos alimentarios, evaluando la ganancia de peso, la sintomatología psicopatológica (EDE) y posibles moderadores como edad, depresión e historial psiquiátrico.	diseño de elección por preferencia, incluyendo 97 adolescentes (12–18 años) con trastornos alimentarios según DSM-5 (excepto ARFID). Se dividieron en dos cohortes: bajo peso (37) y peso normal/alto (60). Recibieron FBT (n=51; 21 bajo peso, 30 normal/alto) o CBT-E (n=46; 16 bajo peso, 30 normal/alto).	sin diferencias a los 6 y 12 meses. Ambos enfoques fueron similares en síntomas alimentarios y bienestar emocional. FBT fue más eficaz en reducir problemas internalizantes en adolescentes con peso normal/alto, mientras que CBT-E resultó más efectiva en casos de bajo peso con ciertas características clínicas y familiares.	adolescentes con bajo peso, mientras que la CBT-E es útil en casos menos severos y otros síntomas. Se recomienda elegir el tratamiento según el perfil del paciente, aunque se necesitan más estudios con mayor diversidad y seguimiento a largo plazo.
(Olseth et al., 2024)	El estudio compara la eficacia a corto y largo plazo de la Terapia Familiar Funcional (FFT) frente al tratamiento habitual (TAU) en adolescentes noruegos con conductas disruptivas, evaluando su impacto en conducta, delincuencia, rendimiento académico y habilidades sociales fuera del sistema judicial.	Ensayo controlado aleatorizado (ECA) de dos brazos (FFT vs. TAU). Muestra: 161 adolescentes (edad media = 14.7 años; 45.9% mujeres) derivados a los Servicios de Bienestar Infantil (CWS) en Noruega por conductas disruptivas graves.	FFT y TAU lograron mejoras similares en conductas disruptivas y agresivas a los 6 meses; a los 18 meses, TAU mostró menor internalización de problemas según los padres. No hubo cambios detectados por los profesores, indicando que las mejoras no se trasladaron al ámbito escolar.	El estudio muestra que, en servicios de bienestar infantil, la Functional Family Therapy (FFT) no supera al tratamiento habitual (TAU), a diferencia de lo observado en contextos judiciales. Señala la necesidad de adaptar la intervención a problemas internalizantes y de verificar su transferencia a otros entornos, como la escuela, aportando evidencia relevante para países con sistemas de bienestar infantil similares al noruego.
(Camacho et al., 2020)	Evaluar la eficacia de la Intervención Familiar para la Psicosis (IFP) en la prevención de recaídas y otros	Revisión sistemática con metaanálisis de ensayos controlados aleatorizados (ECA).	La intervención familiar psicoeducativa (IFP) reduce significativamente las recaídas frente al tratamiento habitual	La IFP demuestra eficacia en reducir recaídas, hospitalizaciones y síntomas psicóticos, y en mejorar la funcionalidad hasta

	resultados clínicos (duración de hospitalización, síntomas psicóticos, funcionalidad) en pacientes con primer episodio psicótico (PEP) hasta 24 meses de seguimiento.	Muestra: 14 estudios (11 ECA) identificados a partir de 2109 registros en bases de datos como Cochrane, PubMed, PsycINFO y ProQuest.	(RR = 0,36) y frente a TAU combinado con otras intervenciones (RR = 0,48), con un efecto global de RR = 0,42. Además, acorta las hospitalizaciones (entre 3,3 y 4,6 días menos), disminuye los síntomas psicóticos (DME = -0,68) y mejora la funcionalidad (DME $\approx$ 1,4) en comparación con ambas condiciones de control.	24 meses en primeros episodios de psicosis, respaldando su inclusión en el tratamiento estándar. Pese a limitaciones metodológicas, se refuerza el rol clave del apoyo familiar en la atención temprana.
(Nyirima nzi, 2024).	El estudio examina cómo intervenciones familiares como talleres psicoeducativos y apoyo psicológico mejoran la cohesión y comunicación en el hogar, lo que se traduce en un mejor rendimiento académico de los estudiantes en América Latina.	Se efectuó una scoping review cualitativa: de 150 estudios latinoamericano s identificados, el cribado por criterios de inclusión y exclusión redujo la muestra a 50, y finalmente se analizaron exhaustivamente 20.	Las intervenciones familiares mejoraron la comunicación y cohesión familiar, lo que se tradujo en un mejor rendimiento académico, mayor compromiso y motivación estudiantil; aunque los beneficios fueron mayores en familias funcionales, también se observaron avances en contextos disfuncionales.	El estudio resalta el valor de fortalecer las dinámicas familiares para mejorar el rendimiento académico y respalda la inclusión de intervenciones familiares en políticas educativas, adaptadas al contexto latinoamericano. Además, señala vacíos en la investigación y recomienda estudios a largo plazo y enfoques específicos para poblaciones vulnerables.

Los estudios incluidos en la revisión sistemática indican de manera consistente que las intervenciones psicológicas para familias disfuncionales aportan importantes mejoras en la calidad de las relaciones familiares y en el clima emocional del hogar.

Las terapias familiares, por ejemplo, se caracterizan por facilitar un espacio donde padres, hijos y otros miembros pueden expresar sus emociones y resolver conflictos de manera conjunta.

En este sentido, los profesionales destacan que la estructura y la dinámica de las sesiones permiten que las familias reconozcan y modifiquen patrones de comunicación disfuncionales, lo que contribuye a fortalecer la cohesión y la empatía entre sus miembros (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018).

Otro aspecto importante es la relación de estas mejoras en la comunicación y cohesión familiar con un impacto positivo en el rendimiento académico de los estudiantes, evidenciado en mejores calificaciones, mayor compromiso y motivación hacia el aprendizaje (Nyirimanzi, 2024).

Asimismo, las intervenciones basadas en enfoques cognitivo-conductuales no solo ofrecen herramientas para identificar y modificar pensamientos y comportamientos problemáticos, sino que cuando se aplican en el contexto familiar, se observa una tendencia a mejorar la percepción de apoyo y comprensión entre los integrantes.

Los terapeutas han informado que, al trabajar en conjunto con la familia, los jóvenes y sus cuidadores logran un entendimiento más profundo de los factores que subyacen a sus dificultades emocionales, lo que facilita una resolución más efectiva de conflictos y una mayor estabilidad en las relaciones interpersonales (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023).

Por otro lado, los programas de habilidades parentales se han destacado por ofrecer un enfoque preventivo y formativo, orientado a dotar a los padres de estrategias para enfrentar situaciones de estrés y conflicto. Los estudios resaltan que dichos programas no solo mejoran la capacidad de los padres para comunicarse asertivamente, sino que también potencian la percepción de seguridad y respaldo en el entorno familiar. Así, la implicación activa de los padres se traduce en una mayor sensibilidad hacia las necesidades emocionales de los hijos y en una dinámica familiar más armónica, tal como se refleja en la experiencia y valoración positiva de los participantes en estos programas (Fernández et al., 2022).

Finalmente, las intervenciones que integran a toda la familia han sido valoradas por su capacidad para transformar la interacción diaria, al promover la participación activa y el reconocimiento mutuo. Los relatos de los participantes destacan que estos enfoques fomentan una comunicación más abierta y sincera, lo que contribuye a que cada miembro se sienta escuchado y comprendido. Esta percepción de inclusión y apoyo se considera fundamental para lograr un cambio duradero en las relaciones familiares y para reconstruir un entorno de respeto y solidaridad, aspectos esenciales en el proceso de recuperación y bienestar emocional (Chappelle & Tadros, 2021; Camacho-Gómez & Castellví, 2020).

Tabla 2*Área geográfica de la realización de los estudios*

Área geográfica del estudio	No.	%
Estados Unidos	4	25%
República Dominicana	1	6.26%
Irán	3	18,75%
Noruega	2	12.5%
España	1	6.26%
Alemania	1	6.26%
Reino Unido	1	6.26%
Multinacional/Global	3	18,75%
Total	16	100,00%

Notas: Los estudios clasificados como "Multinacional/Global" son revisiones sistemáticas o metaanálisis que no se limitan a una región específica. Algunos estudios tienen colaboraciones internacionales o incluyen datos de varios países, pero se priorizó la ubicación principal de la muestra o autores. Los porcentajes se calcularon sobre el total de 16 estudios y se redondearon a dos decimales.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de esta revisión sistemática refuerzan la evidencia acumulada sobre la efectividad de diversas intervenciones psicológicas —incluyendo la terapia familiar, la terapia cognitivo-conductual (TCC) y los programas de habilidades parentales— en la mejora del funcionamiento y el bienestar en familias disfuncionales. Estos resultados coinciden con investigaciones previas, pero también revelan matices importantes al ser contrastados con la literatura internacional, aportando una visión más contextualizada y específica.

En el caso de las terapias familiares, particularmente aquellas de orientación sistémica y estructural, se identificaron mejoras significativas en la cohesión y la comunicación familiar, facilitadas a través de espacios para la expresión emocional y la resolución de conflictos (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018). Estos resultados son consistentes con los postulados clásicos de Minuchin (1974), quien subrayó la necesidad de reestructurar las dinámicas familiares para abordar los patrones disfuncionales. Sin embargo, se advierte, como indica Carr (2014), que la efectividad de estas terapias puede variar en función de factores como la severidad de los conflictos y la adherencia al tratamiento, lo que plantea la importancia de adaptar las intervenciones a las características particulares de cada familia.

Por otro lado, las intervenciones cognitivo-conductuales demostraron eficacia en la reducción de conductas disruptivas y síntomas emocionales, al centrarse en la modificación de esquemas cognitivos disfuncionales y patrones conductuales desadaptativos (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023). Este enfoque coincide con los principios de Beck (2011), quien destaca la relevancia de la TCC en la identificación de distorsiones cognitivas. No obstante, autores como Dattilio (2010) sugieren que, en contextos familiares, la TCC debería integrarse con estrategias

sistémicas que consideren la dinámica relacional, lo que podría explicar la variabilidad en los resultados cuando se aplica de manera aislada.

En cuanto a los programas de habilidades parentales, estudios como el de Fernández et al. (2022) evidenciaron mejoras en la relación padres-hijos mediante el fortalecimiento de competencias como la comunicación asertiva. Estos hallazgos se alinean con el modelo del programa Triple P (Sanders, 2008), que subraya la importancia de la capacitación parental en estrategias preventivas. Sin embargo, investigaciones como la de Kaminski et al. (2008) destacan que la eficacia de dichos programas depende de su adecuada adaptación cultural. En conjunto, estos hallazgos refuerzan las conclusiones de revisiones anteriores (Carr, 2014; Sanders, 2008), subrayando la importancia de implementar estrategias sistémicas integradas que consideren las características contextuales y culturales de las familias.

Limitaciones y líneas futuras de investigación

Pese a que esta revisión se basó en estudios con diseños metodológicos robustos, incluyendo ensayos controlados aleatorizados y estudios cuasiexperimentales, existen limitaciones importantes que deben considerarse. En primer lugar, la heterogeneidad conceptual en la definición de “disfunción familiar” dificulta la comparación entre estudios y limita la generalización de los hallazgos. En segundo lugar, la mayoría de las investigaciones incluidas se basan en muestras pequeñas y en evaluaciones a corto plazo, lo que reduce la validez externa y el alcance longitudinal de los resultados.

Por tanto, se recomienda que futuras investigaciones amplíen los periodos de seguimiento, incorporen muestras más representativas y exploren la efectividad de estas intervenciones en poblaciones diversas, incluyendo minorías étnicas, familias con estructuras no tradicionales y contextos de alta vulnerabilidad social. Asimismo, sería deseable avanzar en la estandarización de las intervenciones y en la evaluación de su costo-efectividad, con el objetivo de facilitar su escalabilidad y aplicación en políticas públicas de salud familiar.

CONCLUSIONES

Los resultados de esta revisión sistemática confirman que las intervenciones psicológicas como la terapia familiar, la terapia cognitivo-conductual (TCC) y los programas de habilidades parentales, constituyen herramientas efectivas para abordar dinámicas disfuncionales en contextos familiares.

En primer lugar, la terapia familiar emerge como una estrategia central para mejorar la comunicación y la cohesión, al facilitar espacios estructurados de diálogo y la reestructuración de roles dentro del sistema familiar (Pourmovahed et al., 2023; Jesús Maya et al., 2018). Este hallazgo refuerza la relevancia de los enfoques sistémicos que, como propuso Minuchin (1974), sitúan las interacciones familiares en el centro del abordaje terapéutico, por encima de los síntomas individuales.

En segundo lugar, la TCC muestra un impacto significativo en la reducción de conductas disruptivas y síntomas emocionales, mediante la modificación de patrones cognitivos y comportamentales disfuncionales (Méndez et al., 2021; Samar et al., 2023). No obstante, como advierte Dattilio (2010), su efectividad se incrementa cuando se integra con técnicas sistémicas, lo cual sugiere la conveniencia de abordajes híbridos en entornos familiares complejos.

Por su parte, los programas de habilidades parentales se destacan por fortalecer la relación entre padres e hijos a través del desarrollo de competencias como la comunicación asertiva y la regulación emocional (Fernández et al., 2022). Estos hallazgos son consistentes con programas validados como Triple P (Sanders, 2008), lo que refuerza su aplicabilidad clínica internacional y la necesidad de adaptaciones contextuales, especialmente en sociedades no occidentales, como subrayan Kaminski et al. (2008).

A pesar de estos aportes, la revisión también pone en evidencia limitaciones significativas. La heterogeneidad en la definición de “disfunción familiar” y el predominio de estudios en contextos geográficos específicos —como Estados Unidos o Irán— dificultan la extrapolación de los resultados a otras realidades. Asimismo, la escasez de investigaciones longitudinales y de estudios centrados en poblaciones diversas (por ejemplo, minorías étnicas, familias no nucleares o en situación de vulnerabilidad) evidencia vacíos críticos en la literatura actual.

En conclusión, esta revisión subraya la importancia de implementar intervenciones psicológicas multifacéticas y culturalmente sensibles para abordar la disfunción familiar de manera efectiva. Se recomienda el desarrollo de estudios longitudinales con muestras representativas y enfoques transdisciplinarios que integren múltiples niveles de intervención (individual, familiar y comunitario). Solo mediante este enfoque integral será posible diseñar estrategias terapéuticas adaptadas a las realidades diversas de las familias, promoviendo un bienestar emocional sostenible, equitativo y contextualizado.

REFERENCIAS

- Aazami, A., Valek, R., Ponce, A. N., & Zare, H. (2023). *Factores de riesgo y protección e intervenciones para reducir la delincuencia juvenil: una revisión sistemática*. Ciencias Sociales, 12(9), 474. <https://doi.org/10.3390/socsci12090474>
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond (2nd ed.)*. Guilford Press.
- Carr, A. (2014). *The evidence base for family therapy and systemic interventions for child-focused problems*. *Journal of Family Therapy*, 36(2), 107-157. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12032>
- Chappelle, N., & Tadros, E. (2020). *Uso de la terapia familiar estructural para comprender el impacto de la pobreza y el trauma en los adolescentes afroamericanos*. *Revista de Familia*, 29(2), 237-244. <https://doi.org/10.1177/1066480720950427> (Trabajo original publicado en 2021)
- Dattilio, F. M. (2010). *Cognitive-Behavioral Therapy with Couples and Families: A Comprehensive Guide*. Guilford Press.
- Dippel, N., Szota, K., Cuijpers, P., Christiansen, H., & Brakemeier, E.-L. (2022). *Participación familiar en la psicoterapia para la depresión en niños y adolescentes: revisión sistemática y metaanálisis*. *Psicología y Psicoterapia: Teoría, Investigación y Práctica*, 95, 656-679. <https://doi.org/10.1111/papt.12392>
- Hunger, C., Hilzinger, R., Klewinghaus, L., Deusser, L., Sander, A., Mander, J., Bents, H., Ditzen, B. y Schweitzer, J. (2020). *Comparación de la terapia cognitivo-conductual y la terapia sistémica para el trastorno de ansiedad social: ensayo piloto controlado aleatorio (SOPHO-CBT/ST)*. *Fam. Proc.*, 59: 1389-1406. <https://doi.org/10.1111/famp.12492>
- Kaminski, J. W., Valle, L. A., Filene, J. H., & Boyle, C. L. (2008). *A meta-analytic review of components associated with parent training program effectiveness*. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(4), 567-589. <https://doi.org/10.1007/s10802-007-9201-9>
- Le Grange D, Eckhardt S, Dalle Grave R, et al. *Terapia cognitivo-conductual mejorada y tratamiento familiar para adolescentes con un trastorno alimentario: un ensayo de efectividad no aleatorizado*. *Medicina Psicológica*. 2022; 52(13):2520-2530. doi:10.1017/S0033291720004407
- Littell J. H., Pigott T. D., Nilsen K. H., Green S. J. y Montgomery O. L. K. *Terapia® multisistémica para problemas sociales, emocionales y conductuales en jóvenes de 10 a 17 años: una revisión sistemática actualizada y metaanálisis*. *Revisiones sistemáticas de Campbell*, 2021; 17:E1158. <https://doi.org/10.1002/cl2.1158>
- Maya, J., Jiménez, L., Lorence, B., del Moral, G. e Hidalgo, V. (2020). *Terapia familiar psicodramática basada en escenas con adolescentes y padres con problemas: un estudio piloto*. *Fam. Proc.*, 59: 111-126. <https://doi.org/10.1111/famp.12401>

- Méndez, J., Sánchez-Hernández, Ó., Garber, J., Espada, J. P., & Orgilés, M. (2021). *Tratamientos psicológicos para la depresión en adolescentes: más de tres décadas después*. Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública, 18(9), 4600. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094600>
- Miguel Camacho-Gomez, Pere Castellvi, *Efectividad de la intervención familiar para prevenir la recaída en la psicosis del primer episodio hasta 24 meses de seguimiento: una revisión sistemática con metaanálisis de ensayos controlados aleatorios*, Schizophrenia Bulletin, Volumen 46, Número 1, enero de 2020, páginas 98-109. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbz038>
- Minuchin, S. (1974). Families and Family Therapy. Harvard University Press.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). *Elementos de informe preferidos para revisiones sistemáticas y metaanálisis: la declaración PRISMA*. PLoS Medicine, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Mousavi Haghighi SE, Pooladi Rishchri A, Mousavi SA. *Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy and Integrated Behavioral Couples Therapy on Intimacy and Family Functioning in Divorce-seeking Couples*. Journal of Research & Health. 2022; 12(3):167-176. <http://dx.doi.org/10.32598/JRH.12.3.1972.1>
- Nyirimanzi, T. (2024). *Intervenciones familiares y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes en América Latina*. Pedagogical Constellations, 207-230. <https://doi.org/10.69821/constellations.v3i1.37>
- Ong HS, Fernandez PA, Lim HK. *La participación de la familia como parte del manejo de pacientes con enfermedades mentales en atención primaria*. Singapur Med J. mayo de 2021; 62(5):213-219. doi: 10.11622/smedj.2021057. PMID: 34409463; PMCID: PMC8801858.
- Pourmovahed Z, Yassini Ardekani SM, Mazloomi Mahmoodabad SS, Zareei Mahmoodabadi H. *Implementación del modelo McMaster en terapia familiar: efectos sobre la función familiar en parejas casadas*. Irán J Psiquiatría. Enero de 2021; 16(1):60-67. doi: 10.18502/ijps.v16i1.5380. PMID: 34054984; PMCID: PMC8140298.
- Sanders, M. R. (2008). *Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children*. Clinical Child and Family Psychology Review, 11(3), 114-144. <https://doi.org/10.1007/s10567-008-0038-8>
- Waraan L, Siqueland J, Hanssen-Bauer K, et al. *Family therapy for adolescents with depression and suicidal ideation: A systematic review and meta-analysis*. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2022;28(2):831-849. doi:10.1177/13591045221125005