

## Los programas grupales de capacitación para padres mejoran su bienestar psicosocial a corto plazo, pero su impacto no se mantiene



*La capacitación para padres tiene efectos positivos a corto plazo sobre la depresión, la ansiedad, el estrés, la ira, la culpa, la confianza y la satisfacción en la pareja*

### ¿Cuál es el objetivo de esta revisión?

Esta revisión sistemática Campbell examina los efectos de los programas grupales de capacitación sobre la salud psicosocial de los padres. La revisión resume los hallazgos de 48 estudios realizados en varios países y entornos, incluidos Estados Unidos, Canadá, Australia, Reino Unido, China, Alemania, Japón, Nueva Zelanda y los Países Bajos. Los participantes fueron padres adultos que tenían a su cargo la responsabilidad parental del cuidado diario de los niños. En los estudios se incluyó un total de 4.937 participantes.

Los programas de capacitación para padres han demostrado tener un impacto en el ajuste emocional y conductual de los niños. Esta revisión aborda el impacto que tienen estos programas en el bienestar psicosocial de los padres. La evidencia muestra efectos positivos sobre el bienestar psicosocial a corto plazo, sin embargo, su impacto no se mantiene en el tiempo. Se necesita más investigación para examinar la efectividad de diferentes programas y así asegurar que las mejoras en la salud psicosocial de los padres se mantengan en el tiempo.

### ¿Qué estudió la revisión?

La salud psicosocial de los padres puede afectar significativamente la relación padre-hijo, con consecuencias para la futura salud psicosocial del niño. Por tanto, los programas de capacitación pueden afectar el ajuste emocional y conductual de los niños de forma directa, a través del impacto en el niño, e indirectamente a través del impacto en los padres.

Esta revisión examina el impacto de los programas grupales de capacitación sobre aspectos de salud psicosocial de los padres, tales como la ansiedad, depresión, culpa y confianza.

### ¿Qué estudios se incluyen en esta revisión?

Los estudios incluidos informan los resultados de tres tipos de programas: conductual, cognitivo-conductual y multimodal, utilizando ensayos controlados aleatorios que compararon un programa de capacitación con una condición de control (lista de espera, ningún tratamiento, tratamiento habitual, o grupo de control con placebo). Los estudios debían haber utilizado al menos una medida de salud psicosocial parental. Se excluyeron los estudios dirigidos a padres adolescentes y padres con un trastorno psiquiátrico diagnosticado.

En la evaluación final se incluyó un total de 48 estudios compuestos por 4.937 participantes. Los estudios se llevaron a cabo en una diversidad de entornos y países, incluidos Estados Unidos, Canadá, Australia, Reino Unido, China, Alemania, Japón, Nueva Zelanda y los Países Bajos.



### ¿Cuán actualizada es esta revisión?

Los autores de la revisión buscaron estudios publicados hasta diciembre de 2011. Esta Revisión Sistemática Campbell fue publicada en septiembre de 2012.

### ¿Qué es la Colaboración Campbell?

La Colaboración Campbell es una red de investigación internacional, voluntaria y sin fines de lucro que publica revisiones sistemáticas. Resumimos y evaluamos la calidad de la evidencia con respecto a programas en ciencias sociales y del comportamiento. Nuestro objetivo es ayudar a que las personas tomen mejores decisiones sobre políticas.

### Acerca de este resumen

Este resumen fue preparado por Ada Chukwudozie y Howard White (Colaboración Campbell) basado en la Revisión Sistemática Campbell 2012:15: 'Programas grupales de capacitación para padres para mejorar la salud psicosocial parental', por Jane Barlow, Nadja Smailagic, Nick Huband, Verena Roloff y Cathy Bennett (DOI 10.4073/csr.2012.15). El resumen original fue diseñado por Tanya Kristiansen y el diseño de la versión en español fue realizado por Audrey Portes (ambas parte del equipo de la Colaboración Campbell). Agradecemos el aporte financiero de American Institutes for Research para la producción de este resumen. La traducción al español de este documento es cortesía de CAF-banco de desarrollo de América Latina.

La mayoría de las intervenciones estudiadas (36) tuvieron una duración "estándar" (de ocho a 14 sesiones), mientras que diez fueron "breves" (de una a seis sesiones) y dos fueron "extensas" (16 semanas o más).

### ¿Cuáles son los principales hallazgos de esta revisión?

La capacitación para padres tiene efectos positivos a corto plazo sobre la depresión, ansiedad, el estrés, la ira, culpa, confianza y satisfacción de pareja. No hubo efectos sobre autoestima, y ninguno de los ensayos informó sobre agresividad o efectos adversos.

No obstante, pasados seis meses solo hubo efectos positivos en dos variables (estrés y confianza), y después de un año no se muestran efectos significativos.

Los datos se refieren principalmente a las madres, dado que los datos referentes a los padres son limitados. Solo se realizó un meta-análisis para padres que mostró una mejoría estadísticamente significativa a corto plazo en el estrés parental.

No hubo efectos diferenciados significativos en función del tipo de programa o la duración de la intervención.

### ¿Qué significan los resultados de esta revisión?

Los principales resultados presentados en esta revisión proporcionan evidencia suficiente para apoyar el uso de programas de capacitación para mejorar el bienestar psicosocial de los padres.

No obstante, dado que los hallazgos muestran que las mejoras ocurren a corto plazo, los padres podrían requerir apoyo adicional para mantener estas mejoras. Por lo tanto, se necesita más investigación que proporcione evidencia de la efectividad comparativa de los diferentes tipos de programa, junto con los mecanismos mediante los cuales dichos programas producen mejoras en el funcionamiento psicosocial de los padres. Además, la escasa evidencia disponible sugiere que los programas de capacitación podrían mejorar el bienestar psicosocial, tanto de los padres como de las madres. Por consiguiente, se necesitan más investigaciones que aborden explícitamente los beneficios de los programas parentales sobre los padres.

