

Crianza segura y niños saludables: Los programas de entrenamiento a cuidadores y su adaptación al contexto panameño

Anilena Mejía^{1,2,*}

¹Investigadora Asociada, Escuela de Psicología, Universidad Santa María La Antigua, Apartado Postal 0819-08550, Panamá, República de Panamá.

²PhD, The University of Manchester, Zochonis Building, Brunswick Street, Manchester M13 9PL, United Kingdom,

* Autor para correspondencia. Email: anilena.mejia@postgrad.manchester.ac.uk

Recibido: 20 de febrero de 2014

Aceptado: 15 de abril de 2014

Resumen

Los programas de entrenamiento a cuidadores (PECs) surgen en los años ochenta (1980) cimentados en teorías cognitivas y conductuales, específicamente en teorías de modificación de conducta. Por más de 30 años, la eficacia de estos programas ha sido demostrada en diversos estudios aleatorios controlados (randomized controlled trials o RCT por sus siglas en inglés) llevados a cabo, en su mayoría, en Estados Unidos, Reino Unido y Australia. Sin embargo, desconocemos su eficacia en el contexto panameño y Latinoamericano. El presente artículo tiene como objetivo 1) ofrecer un marco teórico-científico sobre los programas de entrenamiento a cuidadores, 2) identificar las principales lagunas en la investigación sobre el tema y 3) describir una posible metodología para establecer su eficacia y relevancia en el contexto panameño.

Palabras clave: Psicología infantil, Cuidado infantil, Crianza, Estudios aleatorios controlados, Entrenamiento, Teoría cognitiva, Teoría conductual.

Introducción

Los primeros años de vida son determinantes en el desarrollo del ser humano (Thompson, 2001). Existe consenso entre psicólogos familiares, clínicos y expertos en salud pública sobre la importancia de una crianza segura y positiva para un desarrollo saludable (Domitrovich y Pierman, 2001; Grusec y Goodnow, 1994; Landry, Smith y Swank, 2003). El tipo de apego y el estilo de

crianza han sido asociados con la prevalencia de dificultades, y es bien reconocido que a su vez, dichas dificultades moldean el tipo de apego y los estilos de crianza, en un tipo de relación bidireccional.

La fuerte influencia de la crianza en el desarrollo del ser humano ha promovido la creación de programas de entrenamiento a cuidadores (PECs). Hoy en día, organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud sugieren que los PECs deben ser implementados de manera prioritaria como estrategias para la prevención de la violencia (WHO, 2013). El presente artículo tiene como objetivo presentar un marco teórico-científico sobre los PECs, identificar lagunas en la investigación y proponer una posible metodología para su evaluación en nuestro contexto local.

¿Qué son los Programas de Entrenamiento a Cuidadores (PECs) y sobre cuáles teorías se fundamentan?

Más de cuatro décadas de investigaciones experimentales en psicología clínica demuestran que los programas de entrenamiento a cuidadores fundamentados en las teorías de modificación de conducta y los modelos de aprendizaje social son intervenciones costo-efectivas para promover el bienestar infantil (Barlow, Smailagic, Ferriter, Bennett, y Jones, 2010).

Los PECs pueden ser definidos como intervenciones diseñadas para ofrecer apoyo a cuidadores a través de la modificación de patrones disfuncionales de interacción, produciendo así cambios a largo plazo en el niño (Lucas, 2011). La mayoría de ellos buscan 1) incrementar conocimiento, habilidades y confianza en los cuidadores, 2) promover un ambiente seguro y no conflictivo en la crianza, y 3) promover el desarrollo social, emocional, intelectual, lingüístico y conductual del niño a través de prácticas de crianza positivas.

Estos programas pueden ser ofrecidos durante la preparación para el nacimiento, durante la infancia temprana, en edad escolar o durante la adolescencia. Diversos meta-análisis documentan su eficacia (Furlong, McGilloway, Bywater, Hutchings, Smith, y Donnelly, 2012; Lundahl, Risser, y Lovejoy, 2006; Woolfenden, Williams, y Peat, 2001; Zwi, Jones, Thorgaard, York, Dennis, 2011) para prevenir y tratar problemas conductuales, trastornos como el déficit atencional, problemas físicos como la obesidad y problemas emocionales como la ansiedad infantil. Pueden ser ofrecidos en una variedad de formatos, desde intervenciones individuales (e.g. Kaaresen, Ronning, Ulvund, y Dahl, 2006), a intervenciones grupales (e.g. Gardner, Burton, y Klimes, 2006) o a través de plataformas online (e.g. Sanders, Baker, y Turner, 2012).

Los PECs se fundamentan en dos teorías y sus respectivas investigaciones. La primera es la **teoría de las interacciones familiares coercitivas elaborada por Gerald Patterson (1982) del Oregon Social Learning Center**. Las interacciones familiares coercitivas son aquellas en las que el cuidador y el niño intentan controlar el comportamiento del otro a través de estímulos,

respuestas y reforzamiento negativo. Por ejemplo, el niño aprende que comportamientos negativos, tales como correr alrededor o gritar, atraen la atención del cuidador. En otras palabras, se genera un proceso en el cual la conducta negativa del niño es reforzada por la respuesta del cuidador (la atención) a dicha conducta. El niño entonces reconoce que escalar (o aumentar la intensidad) de dicho comportamiento atrae mayor atención del cuidador. Esta espiral negativa mantiene una conducta negativa en el niño. Los PECs fueron desarrollados para ayudar a los cuidadores a manejar estos procesos, por ejemplo, ignorando las conductas negativas y reforzando las conductas positivas del niño.

El segundo fundamento teórico-científico de los PECs es **la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura y los modelos de procesamiento de la información social (1977; 1995)**. Las teorías de Bandura se fundamentan primordialmente en los resultados del experimento de la muñeca Bobo (1961). En este experimento, una muestra de niños en edad preescolar fueron divididos en tres grupos: 1) un grupo de niños observó a un adulto agrediendo a la muñeca Bobo, 2) otro grupo de niños observó a un adulto jugando pacíficamente con la muñeca y 3) un grupo control.

Los niños luego fueron observados mientras jugaban independientemente con la muñeca y otros juguetes. En comparación con los otros dos grupos, aquellos niños expuestos al adulto agresivo mostraron mayor probabilidad de imitar dicho comportamiento durante el juego. Con base en los resultados de este experimento, Bandura (1977) sugiere que procesos cognitivos sobre el contexto social tienen parte en el aprendizaje y que el aprendizaje también ocurre a través de la observación. El aprendiz ya no es visto como un sujeto pasivo, sino que se reconoce su papel activo en el proceso, el cual incluye cogniciones, comportamientos y ambiente. Los PECs reconocen entonces la importancia de las cogniciones parentales, tales como las expectativas y las creencias, las cuales contribuyen a la crianza y la interacción con el niño.

¿Cuáles son las principales lagunas de investigación respecto a los PECs?

Existen una gran cantidad de estudios sobre la eficacia de los PECs y está bien establecido que éstos funcionan en la prevención de dificultades infantiles. Sin embargo, su eficacia en diferentes culturas aún no ha sido explorada. La mayoría de las intervenciones cognitiva-conductuales son evaluadas en países anglófonos como Estados Unidos, Reino Unido y Australia. De manera mecánica y automática, los terapeutas en Panamá y otros países de Latinoamérica utilizan manuales desarrollados en otras partes del mundo, sin evaluar su relevancia cultural y su aplicabilidad en nuestro contexto.

Respecto a los PECs, dos recientes revisiones sistemáticas de la literatura sugieren que muy pocos estudios rigurosos han sido llevados a cabo en países de bajo y mediano ingreso (Knerr, Gardner, y Cluver, 2013; Mejía, Calam, y Sanders, 2012). Solo un estudio con una metodología rigurosa fue encontrado, el cual fue realizado en África del Sur por Cooper y sus colegas en el

2009. En este estudio, se evaluó la efectividad de un PEC para incrementar la sensibilidad maternal. Ambas revisiones sistemáticas sugieren que antes de realizar estudios aleatorios controlados para evaluar la efectividad de los PECs en estos contextos, es necesario llevar a cabo procesos de adaptación cultural.

Las adaptaciones culturales de intervenciones psicológicas son procesos sistemáticos que implican 1) la identificación de los ingredientes fundamentales de la intervención, los cuales no pueden ser modificados y deben ser implementados con fidelidad, y 2) la identificación de los componentes superficiales, los cuales pueden ser adaptados para satisfacer las necesidades culturales (Small y Huser, 2012). La clave se encuentra en encontrar un balance entre adaptación y fidelidad a la intervención original (Parra-Cardona et al., 2012).

Dichos procesos de adaptación deben realizarse desde un enfoque de participación comunitaria. Con esto nos referimos a que los consumidores de la intervención (clientes, en este caso, los cuidadores) deben ser quienes informen sus necesidades y expectativas, guiando así el proceso de adaptación. La guía para implementar PECs para prevenir el abuso de sustancias elaborada por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, 2009) sugiere que

- 1) las intervenciones deben ser adaptadas mínimamente para comenzar,
- 2) se debe crear un equipo de adaptación cultural,
- 3) se deben traducir los materiales al lenguaje local y la cultura,
- 4) se deben tomar medidas base y
- 5) se debe incluir un equipo que monitoree el proceso de adaptación. Si ponemos a los consumidores en el centro de dicho proceso, entonces se deben realizar encuestas y estudios cualitativos con cuidadores, en este caso, para esclarecer la relevancia de la intervención y las modificaciones necesarias.

¿Cómo podemos establecer la relevancia cultural de los PECs en Panamá? El caso de Triple P

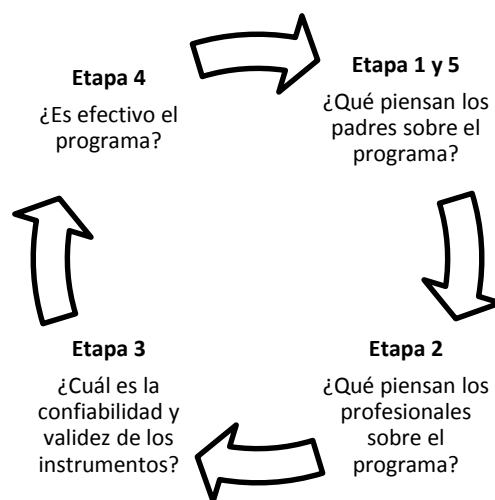
Triple P (Positive Parenting Program por sus siglas en inglés, Sanders 2012) es un PEC desarrollado en la Universidad de Queensland en Australia. Cuenta con más de 200 estudios que demuestran su eficacia para prevenir dificultades comportamentales, emocionales y físicas en niños. A través de grupos, seminarios, libros de auto-ayuda e intervenciones individuales, Triple P busca entrenar a cuidadores en estrategias de crianza efectiva y busca solucionar problemas cotidianos, como la desobediencia y la agresión. Se fundamenta en teorías cognitivo-conductuales, y por ello, las intervenciones incluyen estrategias de modificación conductual y reestructuración cognitiva.

Desde 2009 hasta 2013, la relevancia cultural y la efectividad de Triple P en el contexto panameño fueron evaluadas. El objetivo de este proyecto piloto fue establecer una metodología, la

cual puede ser utilizada para evaluar la adecuación de otras intervenciones cognitiva-conductuales en Panamá y otros países de América Latina.

El proyecto contó con 5 etapas o estudios científicos, presentados en la Figura 1 a continuación.¹

Figura 1. Modelo de 5 etapas



En la etapa 1, una muestra de 112 cuidadores del Distrito de Panamá y San Miguelito participan en grupos focales, en los cuales debieron evaluar la relevancia y utilidad de los materiales de Triple P, y ofrecieron recomendaciones al respecto (ver Mejía, Calam, y Sanders, in press). En la etapa 2 se utilizó una metodología similar, pero esta vez fueron 80 profesionales quienes tomaron parte en el estudio y ofrecieron recomendaciones respecto a Triple P y sus materiales. Estos profesionales fueron reclutados en escuelas de la localidad, e incluyeron maestros, psicólogos, y trabajadores sociales.

Una vez recolectada información respecto a la relevancia cultural de la intervención desde el punto de vista de cuidadores y profesionales, los instrumentos utilizados en el programa fueron traducidos y su confiabilidad y validez fue establecida con una muestra de 180 cuidadores panameños. Dichos instrumentos pueden ser utilizados para evaluar la conducta infantil, las prácticas de crianza, el estrés parental y la situación familiar.

¹La metodología y los resultados detallados de estas cinco etapas han sido o están en el proceso de ser publicados en otras revistas. Por favor contactar a la autora para acceder a los mismos.

En la etapa 4, la eficacia de la intervención para reducir dificultades conductuales fue evaluada a través de un estudio aleatorio controlado (RCT) con 108 padres. La mitad de los padres recibieron la intervención, mientras que la otra mitad estuvo en un grupo control. Se realizaron evaluaciones base y 2 semanas después de la intervención, 3 meses después y 6 meses después. Un modelo de múltiples niveles fue construido para analizar los datos (multilevel modelling or mixed methods model). Aquellos cuidadores que recibieron la intervención reportaron una reducción significativa de problemas conductuales en sus hijos, una disminución de estrés parental y una disminución en el uso de prácticas de crianza negativas, tales como los gritos y golpes. El efecto *Cohen d* seis meses después de la intervención fue $d = 1.09$ (efecto grande).

En una última etapa y continuando con el paradigma de participación comunitaria, 30 cuidadores que recibieron la intervención en la etapa 4 fueron entrevistados en un estudio cualitativo. Los datos fueron analizados a través de un análisis temático inductivo. Los resultados sugieren que la intervención desarrolló capacidades de auto-regulación en los cuidadores, incluyendo mejoras en las estrategias de regulación emocional y la auto-confianza. Los cuidadores entrevistados también mencionaron que el programa promovió el desarrollo de redes de apoyo dentro de la comunidad.

Este modelo metodológico puede ser utilizado para evaluar la relevancia cultural de otras intervenciones cognitiva-conductuales y así informar procesos de adaptación. En este caso, un PEC en particular, Triple P, fue evaluado. Sin embargo, aún es necesario 1) comparar Triple P con otros PECs en este contexto y 2) determinar si existen los recursos y es posible implementar un PEC como Triple P en Panamá.

Conclusión

En este artículo se presentó el marco teórico-científico sobre el cual se fundamentan los programas de entrenamiento a cuidadores (PECs) y se discutieron las lagunas de investigación que existen en países de bajo y mediano ingreso, como Panamá. Se establece que para reducir dichas lagunas de investigación, es necesario someter intervenciones como los PECs a procesos de adaptación cultural. Finalmente, se ofrece una metodología con evidencia científica, la cual utiliza un paradigma de participación comunitaria y la cual tiene potencial para ser utilizada en la evaluación de otras intervenciones cognitiva-conductuales en la región Latinoamericana.

Referencias

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1995). *Self-efficacy in Changing Societies*. New York: Cambridge University Press.

Invest. pens. crit.
Vol. 2, No. 3, enero-abril 2014.
pp. 5-12

- Bandura, A., Ross, D., Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through the imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63, 575–582.
- Barlow, J., Smailagic, N., Ferriter, M., Bennett, C., y Jones, H. (2010). Group-based parent-training programmes for improving emotional and behavioural adjustment in children from birth to three years old. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.
- Cooper, P., Tomlinson, M., Swartz, L., Landman, M., Molteno, C., Stein, A., et al. (2009). Improving quality of mother-infant relationship and infant attachment in socioeconomically deprived community in South Africa: randomised controlled trial. *British Medical Journal*, 338(14).
- Domitrovich, C.E., y Bierman, K.L. (2001). Parenting practices and child social adjustment: multiple pathways of influence. *Merrill-Palmer Quarterly*, 47, 235-263.
- Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S. M., y Donnelly, M. (2012). Behavioural and cognitive-behavioural group-based parenting programmes for early-onset conduct problems in children aged 3–12 years. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.
- Gardner, F., Burton, J., y Klimes, I. (2006). Randomised controlled trial of a parenting intervention in the voluntary sector for reducing child conduct problems: Outcomes and mechanisms of change. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47, 1123-1132.
- Grusec, J.E., y Goodnow, J.J. (1994). Impact of parental discipline methods on the child's internalization of values: A reconceptualization of current points of views. *Developmental Psychology*, 30, 1-19.
- Kaarensen, P. I., Ronning, J.A., Ulvund, S.E., y Dalh, L.B. (2006). A randomized controlled trial of the effectiveness of an early-intervention program in reducing parenting stress after preterm birth. *Pediatrics*, 118, e9-e19.
- Knerr, W., Gardner, F., y Cluver, L. (2013). Improving positive parenting skills and reducing harsh and abusive parenting in low and middle income countries: A systematic review. *Prevention Science*, 14, 352-363.
- Landry, S.H., Smith, K.E., y Swank, P.R. (2003). The importance of parenting during early childhood for school-age development. *Developmental Neuropsychology*, 24, 559-591.
- Lucas, P. (2011). Some reflections on the rhetoric of parenting programs: evidence, theory, and social policy. *Journal of Family Therapy*, 33, 181-198.
- Lundahl, B. Risser, H.J., y Lovejoy, M.C. (2006). A meta-analysis of parent training: Moderators and follow-up effects. *Clinical Psychology Review*, 26, 86-104.

Invest. pens. crit.
Vol. 2, No. 3, enero-abril 2014.
pp. 5-12

- Mejia, A., Calam, R., y Sanders, M.R. (2012). A review of parenting programs in developing countries: Opportunities and challenges for preventing emotional and behavioural difficulties in children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15, 163-175.
- Mejia, A., Calam, R., y Sanders, M.R. (in press). Examining delivery preferences and cultural relevance of an evidence-based parenting program in a low-resource setting of Central America: Approaching parents as consumers. *Journal of Child and Family Psychology*.
- Parra-Cardona, J.R., Domenech-Rodriguez, M., Forgatch, M., Sullivan, C., Bybee, D., Holtrop, K., Escobar-Chew, A., et al. (2012). Culturally adapting an evidence-based parenting intervention for Latino immigrants: The need to integrate fidelity and cultural relevance. *Family Process*, 51 (1), 56-72.
- Patterson, G.R. (1982). *Coercive Family Process*. Eugene, OR: Castalia Press.
- Sanders, M. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P Positive Parenting Program. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 345-379.
- Sanders, M.R., Baker, S., y Turner, K. (2012). A randomized controlled trial evaluating the efficacy of Triple P online with parents of children with early-onset conduct problems. *Behaviour Research and Therapy*, 50, 675-684.
- Small, S., y Huser, M. (2012). Family-based prevention programs. Encyclopaedia of Adolescence. Retrieved from: <http://whatworks.uwex.edu/attachment/FamilyBasedPreventionProgramschapterdraft6-10-10.pdf>
- Thompson, R.A. (2001). Development in the first years of life. *The future of Children*, 11, 20-33.
- United Nations Office on Drugs and Crime (2009). Guide to implementing family skills training programs for drug abuse prevention. United Nations: New York.
- Woolfenden, S., Williams, K. J., y Peat, J. (2001). Family and parenting interventions in children and adolescents with conduct disorder and delinquency aged 10–17 (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2.
- World Health Organization. (2013). Preventing violence: Evaluating outcomes of parenting programmes. WHO, Geneva.
- Zwi, M., Jones, H., Thorgaard, C., York, A., y Dennis, J. A. (2011). Parent training interventions for attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in children aged 5 to 18 years. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12.