



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO  
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE DERECHOS SOCIALES



CREAP

Centro de  
Referencia  
Estatad de  
Atención  
Psicosocial

# SERVICIO DE REFERENCIA INFORMACIÓN Y CONSULTA

«Apoyo en el proceso de recuperación  
psicosocial»

---

Informe a 5 de junio de 2026

# Índice

ÍNDICE.....	1
CONSULTA BIBLIOGRÁFICA Y FUENTES DE INFORMACIÓN CONSULTADAS.....	2
RESULTADOS DE LA BÚSQUEDA BIBLIOGRÁFICA.....	3
ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA DE LITERATURA CIENTÍFICA.....	21

# Consulta bibliográfica y fuentes de información consultadas

**Asunto central de la búsqueda:** Apoyo en el proceso de recuperación psicosocial.

**Ámbito profesional o interés particular:** Profesional.

**Área de especialización profesional:** Trabajo social.

**Idiomas:** español

**Periodo (en años):** ND.

**Fecha de elaboración del informe:** 5 de junio de 2026

**Fuentes de información consultadas:**

- Pubmed
- Cochrane
- Otras fuentes oficiales

## Resultados de la búsqueda bibliográfica

### IDEAS CLAVE

Los estudios coinciden en que la forma de **apoyar la recuperación** en unidades de salud mental son las siguientes:

- **Trabajar desde la alianza y la colaboración.** No dirigir, acompañar.
- Centrarse en **objetivos de vida**, no solo clínicos.
- Implementar **Planes Individualizados de Recuperación (PIR)**. Con metas definidas por la persona.
- Aumentar el **trabajo comunitario**.
- Introducir **apoyo entre iguales**.
- **Reducir prácticas paternalistas.** Menos control, más autonomía.
- **Formar al equipo en recuperación**, derechos, ciudadanía, etc.

La recuperación mejora cuando los servicios adoptan **prácticas centradas en la persona**, alianza terapéutica, participación y apoyo entre iguales.

El **apoyo social directo** es protector. Reduce riesgo de suicidio y mejora bienestar.

Las **intervenciones comunitarias son más eficaces que las tecnológicas**, especialmente en soledad y aislamiento.

**Las TIC pueden complementar la intervención.** Son útiles para reducir depresión y ansiedad en personas aisladas.

**Las intervenciones psicosociales deben adaptarse por género.** Necesidad de enfoques específicos.

**La evidencia respalda intervenciones estructuradas** como: TCC, habilidades sociales, psicoeducación y apoyo mutuo.

El **apoyo entre iguales** mejora la esperanza, el empoderamiento, la participación social y la adherencia.

Las guías de implementación del modelo de recuperación recomiendan evaluar el servicio con **indicadores de derechos y reducir las prácticas coercitivas**.

## GUÍAS Y BUENAS PRÁCTICAS PARA LA ATENCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

<b>Título</b>	<b>El diseño y aplicación de programas de intervención evaluables en rehabilitación psicosocial desde el modelo integral de atención centrada en la persona</b>
<b>Autoría</b>	Jorge Marredo Rosa
<b>Publicación</b>	Centro de Referencia Estatal de Atención Psicosocial (Creap). Imserso. 2025.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El diseño de programas grupales estructurados constituye un componente central de la rehabilitación psicosocial contemporánea y una estrategia para articular intervenciones replicables, evaluables y coherentes con los principios de recuperación y atención comunitaria en el sistema público de salud mental. No obstante, en la práctica muchas actividades grupales operan como «actividades abiertas» sin manual, sin criterios estandarizados ni un sistema de evaluación definido, lo que dificulta la valoración de resultados, la replicabilidad y la gestión del conocimiento institucional. En respuesta a esta laguna, el manual propone un marco operativo integrador para el diseño, implementación, evaluación y escalado de programas grupales en entornos residenciales, diurnos y ambulatorios, organizado en un ciclo lógico: análisis de necesidades → diseño → implementación → evaluación → mejora continua.</p> <p>Aporta un conjunto de herramientas prácticas —ficha técnica, manual del facilitador, registro de sesiones y checklists—, un sistema mínimo de indicadores (proceso, fidelidad, resultados, satisfacción y viabilidad) y directrices para la articulación operativa con el Plan de Atención Individualizada (PAI). Además, ofrece pautas para el versionado, la institucionalización y el escalado (banco de programas, manuales de replicación y formación de formadores), orientando la transformación de prácticas individuales en recursos estables, evaluables y transferibles dentro de la cartera de servicios.</p>

<b>Título</b>	<b>Salud mental y apoyo psicosocial en personas vulnerabilizadas: prácticas innovadoras y abordaje comunitario</b>
<b>Autoría</b>	Médicos del Mundo España
<b>Publicación</b>	Médicos del Mundo, 2025
<b>Resumen/Objetivo</b>	El informe analiza cómo los determinantes sociales, la desigualdad y la exclusión impactan en la salud mental de las personas más vulnerabilizadas en España. A partir de intervenciones directas en

	<p>terreno, Médicos del Mundo identifica tendencias, barreras de acceso, perfiles de riesgo y recomendaciones para mejorar la atención psicosocial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La salud mental en España muestra un empeoramiento sostenido, especialmente en personas en situación de pobreza, migración, sinhogarismo, violencia de género o exclusión social.</li> <li>• El informe subraya que la salud mental no puede abordarse solo desde lo clínico: las causas principales son sociales, económicas y estructurales.</li> <li>• La falta de acceso a vivienda, empleo, estabilidad administrativa y redes de apoyo incrementa el riesgo de trastorno mental y dificulta la recuperación.</li> </ul>
--	--

<b>Título</b>	<b>Guía de práctica clínica de intervenciones psicosociales en el Trastorno Mental Grave</b>
<b>Autoría</b>	Grupo de Trabajo de la Guía de Práctica Clínica de Intervenciones Psicosociales en el Trastorno Mental Grave. Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud-I+CS.
<b>Publicación</b>	Ministerio de Sanidad y Política Social, revisada en 2024-2025.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>La GPC ofrece recomendaciones basadas en evidencia para profesionales que trabajan con personas con TMG, especialmente en: unidades de salud mental, centros de rehabilitación psicosocial, servicios sociales y atención comunitaria.</p> <p>Su finalidad es mejorar la autonomía, la funcionalidad, la participación social y la calidad de vida de las personas con TMG.</p>

<b>Título</b>	<b>Recomendaciones y buenas prácticas para la atención a las personas con problemas de salud mental: cómo actuar desde los recursos de salud mental de la red de servicios sociales</b>
<b>Autoría</b>	Elena Albert Roberto (dir.)
<b>Publicación</b>	Generalitat Valenciana. Vicepresidència I Conselleria d'Igualtat I Polítiques Inclusives, 2023.
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía ofrece un marco práctico para orientar la intervención en salud mental desde los recursos sociales comunitarios, con un enfoque centrado en la recuperación, la autonomía, los derechos humanos y la inclusión social.

	No define qué servicios deben prestarse, sino cómo deben prestarse: con ética, respeto, participación activa de la persona y trabajo en red.
--	--

## PROGRAMAS PSICOSOCIALES, DE APOYO FAMILIAR Y APOYO MÚTUO

<b>Título</b>	<b>Creando nexos: programa psicosocial para generar vínculos interpersonales significativos</b>
<b>Autoría</b>	Juan Lázaro Mateo
<b>Publicación</b>	Guías y Documentos técnicos. Centro de Referencia Estatal de Atención Psicosocial a personas con TMG, abril 2026.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El Programa Creando Nexos es una propuesta de intervención psicosocial diseñada para fortalecer las redes sociales, comunitarias y de apoyo mutuo de personas con problemas de salud mental. Parte de la evidencia de que la soledad no deseada, el aislamiento y la escasez de vínculos significativos son factores que agravan el malestar psicológico y dificultan la recuperación.</p> <p>El manual ofrece una metodología estructurada, materiales prácticos y criterios técnicos para implementar el programa en centros de día, unidades de salud mental, CRPS, asociaciones y servicios sociales.</p>

<b>Título</b>	<b>Guía de intervención familiar en la esquizofrenia</b>
<b>Autoría</b>	Ernesto Baena Ruiz, Jaime Andrés Fernández Fernández, José Antonio Sánchez Padilla (ed.coord.)
<b>Publicación</b>	Asociación de Rehabilitación Psicosocial – FEARP. 2023.
<b>Resumen/Objetivo</b>	El <b>Programa de Apoyo y Colaboración Familiar (PAC)</b> , fue diseñado en 1998. Su implementación en los distintos dispositivos de la <b>Red de Salud Mental (RSM) de Gran Canaria</b> , en su formato multifamiliar, ha supuesto hasta la fecha un trabajo con 76 grupos de familias, habiendo participado un total de 440 familias.

<b>Título</b>	<b>Apoyo entre iguales en salud mental: manual para formación de profesionales</b>
<b>Autoría</b>	Juan Lázaro Mateo, Ana Isabel Ruiz Sánchez, César Ferrer Fas, Gemma Climent Martínez, Ana Orduña Ruiz, Isabel Barragán Martín, Óscar Pérez Aguado, Astrid Leila Blanco Romero, Esther Jara Cases, Paco Cháfer Ortiz

<b>Publicación</b>	Guías y Documentos técnicos. Centro de Referencia Estatal de Atención Psicosocial a personas con TMG, mayo 2026.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El manual es una guía formativa para profesionales que trabajan con personas con trastorno mental grave (TMG) y que desean incorporar programas de apoyo mutuo y apoyo entre iguales en servicios de salud mental. Combina fundamentos teóricos, evidencia científica, modelos de intervención, ética profesional y herramientas prácticas para implementar acompañamiento terapéutico, grupos de apoyo mutuo y planes individualizados de recuperación.</p> <p>El documento ofrece un marco completo para profesionales que trabajan en salud mental comunitaria, especialmente para quienes desean incorporar: apoyo entre iguales, acompañamiento terapéutico, grupos de apoyo mutuo, planes individualizados orientados a la recuperación y prácticas éticas y centradas en la persona.</p>

<b>Título</b>	<b>Guía de Funcionamiento y calidad de los Centros de Rehabilitación Psicosocial (CRPS)</b>
<b>Autoría</b>	Dirección General de Atención a Personas con Discapacidad. Consejería de Políticas Sociales y Familia. Comunidad de Madrid.
<b>Publicación</b>	Repositorio bvirtual de PublicaMadrid. Apartado - 10.2.5. Programa de familias (p.119)
<b>Resumen/Objetivo</b>	Los programas con familias incluyen tanto las intervenciones individuales como aquellas realizadas en formato grupal. Es aconsejable ofrecerlas desde el inicio del proceso de atención para favorecer la mejor implicación en el proceso de rehabilitación psicosocial y su integración con el resto de intervenciones del plan individualizado. En las entrevistas individuales, en las que podrán participar los diferentes miembros de la familia, el profesional informará periódicamente del proceso de rehabilitación e intentará implicarles en el desarrollo del mismo. De igual modo podrá realizar en dicho contexto, el entrenamiento en las habilidades precisas para la mejora de la comunicación, el abordaje de las situaciones particulares de cada familia y el desarrollo de estrategias para la resolución de problemas.

<b>Título</b>	<b>Análisis de la sobrecarga de los familiares cuidadores de pacientes con Trastorno Mental Grave: programa psicoeducativo PROENFA [TFM]</b>
<b>Autoría</b>	Elisabet Reviriego Blanch
<b>Publicación</b>	Universitat Ramon Llull. Facultat de Psicologia. 2019.

<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>La sobrecarga del cuidador es un concepto que se utiliza para designar el estado de desgaste y malestar psicológico de las personas encargadas del cuidado de personas con alguna dependencia. La familia se ha convertido en uno de los principales soportes asistenciales para las personas con Trastorno Mental Grave (TMG) (Corbalán, Carrillo, Hernández Vian, Carré Catases, &amp; Galcerán, 2013; González-Fraile, Bastida-Loinaz, Martín-Carrasco, Domínguez-Panchón, &amp; Iruin-Sanz, 2018).</p> <p>El objetivo del estudio ha sido el de evaluar la sobrecarga y sintomatología ansiosa/depresiva de un grupo de 11 familiares encargadas del cuidado de otro familiar después de participar en el Programa de Entrenamiento y Capacitación para Familiares y Cuidadores de Personas con Trastornos Mentales Graves (PROENFA) realizado en el Centro de Salud Mental Benito Menni en Hospitalet de Llobregat, desarrollando 15 sesiones.</p> <p>Para comprobar si el programa ha producido mejoras en los participantes en la sensación de sobrecarga y en la sintomatología ansiosa/depresiva se ha utilizado un diseño pre/post. Los instrumentos utilizados para la evaluación han sido los siguientes: La escala de sobrecarga del cuidador (Zarit et al. 1980) y la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (Zigmond &amp; Snaith, 1983) y una entrevista ad hoc elaborada específicamente para el estudio que se ha realizado antes y después de la intervención. Los resultados indican que no se han producido cambios estadísticamente significativos en los niveles de sobrecarga, pero sí en la presencia de sintomatología ansiosa/depresiva de los participantes. A nivel cualitativo podemos determinar que los participantes han referido mejoría en ambas variables.</p>
-------------------------	--

<b>Título</b>	<b>Apoyo a familias</b>
<b>Autoría</b>	Departamento de Bienestar, Juventud y Reto Demográfico del Gobierno Vasco, del Departamento de Salud del Gobierno Vasco y de la Diputación Foral de Bizkaia.
<b>Publicación</b>	Departamento de Bienestar, Juventud y Reto Demográfico del Gobierno Vasco, del Departamento de Salud del Gobierno Vasco y de la Diputación Foral de Bizkaia.
<b>Resumen/Objetivo</b>	El Programa de Apoyo a familias ayuda a profundizar en el conocimiento de la enfermedad mental, la sintomatología, diagnóstico, enseñar nuevas respuestas y estrategias para mejorar la convivencia, ayudar a detectar y verbalizar los sentimientos y a no

	<p>sentirse solo o sola en este camino.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escuela de familias.</li> <li>• Escuela de Reciclaje.</li> <li>• Grupo de apoyo a madres cuidadoras de personas con enfermedad mental.</li> <li>• Grupo terapéutico de padres y madres de jóvenes con enfermedad mental.</li> <li>• Sesiones psicoeducativas individuales.</li> </ul>
--	--

<b>Título</b>	<b>Formació en empoderament Prospect</b>
<b>Autoría</b>	Salut Mental Catalunya
<b>Publicación</b>	Salut Mental Catalunya
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El Programa Prospect és una formació en empoderament en salut mental creada per EUFAMI, liderada per la Confederación Salud Mental España al territori espanyol i a Catalunya impulsada des del projecte Activa't per la Salut Mental. La participació en la millora de la qualitat de vida és un dret inherent com a ciutadanes.</p> <p>Totes les edicions de Prospect consten de 4 mòduls: persones amb experiències pròpia, familiars, professionals i un mòdul comú.</p>

<b>Título</b>	<b>Guías para los grupos de Ayuda Mútua de Salud Mental en primera persona</b>
<b>Autoría</b>	ActivaMent Catalunya Associació
<b>Publicación</b>	Activat Per la Salut Mental, 2020.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>La Guía para los Grupos de Ayuda Mutua de Salud Mental en 1ª Persona es fruto del Proyecto Activa't per la Salut Mental, de la Generalitat de Catalunya, Salut Mental Catalunya y la Federación Veus, implementado en el marco del Plan Integral de Salud Mental y Adicciones.</p> <p>La guía es un documento elaborado por personas con experiencia propia en salud mental, cuyo objetivo es explicar qué son los Grupos de Ayuda Mutua (GAM), cómo crearlos, cómo sostenerlos y qué principios deben regirlos.</p> <p>Es una herramienta fundamental para promover participación, empoderamiento, recuperación y apoyo horizontal.</p>

## MANUALES PARA LA RECUPERACIÓN Y LA AUTOGESTIÓN

<b>Título</b>	<b>Recuperación en los servicios de salud mental</b>
<b>Autoría</b>	Mental Health Europe
<b>Publicación</b>	Confederación Salud Mental, 2024
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El documento propone un marco de indicadores para evaluar si los servicios de salud mental están realmente alineados con el modelo de recuperación y con los derechos humanos.</p> <p>Su objetivo es transformar los servicios desde un enfoque centrado en la persona, basado en la autonomía, la participación, la inclusión social y la no coerción.</p>

<b>Título</b>	<b>Manual para la recuperación y la autogestión del bienestar</b>
<b>Autoría</b>	Federació Salut Mental Catalunya, Federació VEUS
<b>Publicación</b>	Activament, 2021
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>Es un producto del proyecto Activa't per la salut mental, coordinado por la Generalitat de Catalunya, la Federació Salut Mental Catalunya y la Federació Veus, implementado dentro del Pla Integral de Salut Mental i Addiccions.</p>

<b>Título</b>	<b>Cuadernos de trabajo personal: mapeando mi bienestar</b>
<b>Autoría</b>	Hernán María Samprieto, Carla Gavaldà Castet
<b>Publicación</b>	Activat Per la Salut Mental, 2020.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>Está diseñada para que las personas con problemas de salud mental puedan participar activamente en su proceso de recuperación.</p> <p>Su enfoque es coherente con el modelo de recuperación, la autogestión del bienestar y la Atención Centrada en la Persona.</p>

## GUIAS NICE

<b>Título</b>	<b>NICE CG136 – Experiencia de la persona usuaria en salud mental adulta</b>
<b>Autoría</b>	National Collaborating Centre for Mental Health Commissioned by the National Institute for Health and Clinical Excellence

<b>Publicación</b>	Nice UK, 2011
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía NICE CG136 establece estándares de calidad para garantizar que los servicios de salud mental trabajen desde un enfoque centrado en la persona, orientado a la recuperación y basado en derechos.

<b>Título</b>	<b>NICE QS14 – Experiencia de la persona usuaria en salud mental adulta</b>
<b>Autoría</b>	National Collaborating Centre for Mental Health Commissioned by the National Institute for Health and Clinical Excellence
<b>Publicación</b>	Nice UK, 2011 (actualización 2019)
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía NICE QS14 define estándares medibles que los servicios deben cumplir para asegurar que las personas reciben una atención respetuosa, participativa y orientada a la recuperación.

<b>Título</b>	<b>NICE NG53 – Transiciones entre hospitalización y comunidad en salud mental</b>
<b>Autoría</b>	National Collaborating Centre for Mental Health Commissioned by the National Institute for Health and Clinical Excellence
<b>Publicación</b>	Nice UK, 2016
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía NICE NG53 establece estándares de calidad para asegurar que las personas con problemas de salud mental experimentan transiciones seguras, coordinadas y centradas en la recuperación cuando pasan: del hospital a la comunidad, de la comunidad al hospital o entre distintos dispositivos de salud mental.

<b>Título</b>	<b>NICE NG181 – Rehabilitación para adultos con psicosis compleja</b>
<b>Autoría</b>	National Collaborating Centre for Mental Health Commissioned by the National Institute for Health and Clinical Excellence
<b>Publicación</b>	Nice UK, 2020
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía NICE NG181 establece recomendaciones para la rehabilitación psicosocial de personas con psicosis compleja, necesidades de apoyo intensivo y dificultades para vivir de forma autónoma. Su enfoque es orientado a la recuperación, comunitario y centrado en la persona.

<b>Título</b>	<b>NICE CG178 – Psicosis y esquizofrenia en adultos</b>
<b>Autoría</b>	National Collaborating Centre for Mental Health Commissioned by the National Institute for Health and Clinical Excellence

<b>Publicación</b>	Nice UK, 2014
<b>Resumen/Objetivo</b>	La guía NICE CG178 establece recomendaciones para la detección, tratamiento, rehabilitación y apoyo comunitario de personas con psicosis y esquizofrenia. Su enfoque combina intervenciones clínicas basadas en evidencia, intervenciones psicosociales, trabajo comunitario, participación de la persona y apoyo a la recuperación funcional.

## LITERATURA CIENTÍFICA

### PUBMED

<b>Título</b>	<b>Efficacy of technology interventions in preventing depression among older adults experiencing social isolation: a systematic review and meta-analysis</b>
<b>Autoría</b>	Luis Miguel Bermúdez Endrino, Amparo Berral García, Barbara Gómez Peña, María Del Mar Uclés-Torrente, Pilar Aparicio-Martinez
<b>Publicación</b>	Aging Ment Health. 2026 Apr;30(4):747-759.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p><b>Objetivos:</b> El aumento global del envejecimiento de la población, agravado por la pandemia de COVID-19, ha incrementado la soledad, el aislamiento social y la depresión entre las personas mayores. El objetivo de esta revisión fue examinar las relaciones entre estos problemas psicológicos y evaluar la eficacia de las intervenciones basadas en las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para mitigarlos.</p> <p><b>Método:</b> Se llevó a cabo una revisión sistemática y un metaanálisis siguiendo las directrices PRISMA. Se recuperaron los estudios publicados en los últimos cinco años de PubMed, Web of Science, Scopus y CINAHL. La calidad metodológica se evaluó mediante CONSORT y STROBE, y la síntesis cuantitativa se realizó con RevMan 5.4.1.</p> <p><b>Resultados:</b> Trece estudios, que incluían diseños experimentales y observacionales, cumplieron los criterios de inclusión; el 61,5 % analizó los efectos de la pandemia y el 38,5 % evaluó las intervenciones con TIC. La depresión, la soledad y el aislamiento social estaban fuertemente asociados, y la pandemia empeoraba los resultados, mientras que el aislamiento prepandémico predecía una peor salud mental. Las intervenciones de TIC redujeron significativamente la depresión (reducción del 78 %; IC del 95 %: 0,15-0,33; OR = 0,22) y la ansiedad (reducción del 80 %; IC del 95 %: 0,10-0,32; OR = 0,20), aunque su impacto en el aislamiento social fue limitado (IC del 95 %: 0,87-1,19; OR = 1,07).</p> <p><b>Conclusión:</b> Las intervenciones de TIC reducen eficazmente la depresión y la ansiedad, pero tienen efectos limitados sobre el aislamiento social, lo que pone de relieve la necesidad de una evaluación a largo plazo y de estrategias comunitarias para mejorar el bienestar emocional.</p>

<b>Título</b>	<b>Psychosocial interventions for anxiety disorders in adults: evidence mapping and guideline appraisal</b>
<b>Autoría</b>	Chuxian Huang, Xiao Liu, Yue Liu, Chen Luo, Jiajia Cai, Yanmei Wang, Jue Chen, Zhongying Shi, Xiaochao Jin
<b>Publicación</b>	Front Psychiatry. 2025 Oct 20:16:1677705.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>Introducción: Esta revisión sistemática resume las recomendaciones relacionadas con las intervenciones psicosociales para los trastornos de ansiedad incluidas en las guías existentes y compara sus diferencias.</p> <p>Métodos: Se realizaron búsquedas informatizadas para identificar guías relevantes sobre intervenciones psicosociales para los trastornos de ansiedad en sitios web de guías nacionales e internacionales, sitios web de asociaciones profesionales y otras bases de datos pertinentes. La calidad de las guías se evaluó utilizando la herramienta «Appraisal of Guidelines for Research and Evaluation II» (AGREE II).</p> <p>Resultados: Se incluyeron catorce guías de nueve países, con puntuaciones AGREE II que oscilaron entre el 64,4 % y el 96,3 %. Las recomendaciones específicas se sintetizaron en un único mapa de evidencia, revelando que la terapia cognitivo-conductual demostró un fuerte respaldo para el tratamiento de los trastornos de ansiedad generalizada, pánico y ansiedad social. Por el contrario, la desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares, la terapia de exposición y la terapia de exposición con realidad virtual no se recomendaron para el trastorno de pánico. Además, ninguna guía proporcionó recomendaciones sobre intervenciones psicosociales para el trastorno de ansiedad por separación.</p> <p>Discusión: Las guías sobre intervenciones psicosociales para los trastornos de ansiedad en adultos varían notablemente en cuanto a su calidad y las recomendaciones que ofrecen. El desarrollo o la actualización de futuras guías debería ajustarse estrictamente a procesos de elaboración estandarizados. Además, los investigadores deberían redoblar sus esfuerzos para explorar y validar continuamente la eficacia de diversas intervenciones psicosociales en poblaciones con ansiedad.</p>

<b>Título</b>	<b>Recovery-Oriented Practices in Community-based Mental Health Services: A Systematic Review</b>
<b>Autoría</b>	Seyedeh Narjes Mousavizadeh, Mohammad Amin Jandaghian Bidgoli

<b>Publicación</b>	Iran J Psychiatry. 2023 Jul;18(3):332-351.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p><b>Objetivo:</b> Se necesitan nuevas iniciativas para atender a los pacientes con problemas de salud mental en la comunidad. Uno de los principios fundamentales de cualquier sistema sanitario es la transición de los servicios tradicionales a las prácticas comunitarias. El objetivo de este estudio fue evaluar las prácticas e intervenciones comunitarias y orientadas a la recuperación para personas con problemas de salud mental.</p> <p><b>Método:</b> Se realizaron búsquedas de palabras clave MESH, entre ellas «recuperación de la salud mental», «rehabilitación», «cuidados posteriores», «psiquiatría comunitaria» y «servicio de salud mental», en bases de datos científicas como Medline, EMBASE, PsychInfo, CINAHL y Cochrane hasta julio de 2022. También se llevó a cabo una búsqueda en cadena sobre los estudios elegibles. La calidad metodológica de los estudios se determinó mediante los criterios estándar de Kmet.</p> <p><b>Resultados:</b> La revisión sistemática incluyó 32 estudios, todos los cuales demostraron un efecto prometedor de moderado a alto de las prácticas o programas comunitarios y orientados a la recuperación en pacientes con enfermedades mentales graves. Estas prácticas podrían ayudar a los pacientes a encontrar empleos adecuados, evitar el aislamiento y el estigma, mejorar las habilidades de comunicación, aumentar la conciencia de los problemas y fomentar la independencia. El estudio también destacó el papel fundamental de las enfermeras, las actividades artísticas y deportivas, la salud mental electrónica (E-mental health), las visitas a domicilio, la psicoeducación y los programas especiales de recuperación.</p> <p><b>Conclusión:</b> Las prácticas comunitarias y orientadas a la recuperación deben utilizarse como un medio eficaz para normalizar la vida de los pacientes psiquiátricos. En esencia, al fomentar la esperanza y empoderar a estos pacientes, es posible resolver muchas de las preocupaciones de los sistemas sanitarios.</p>

<b>Título</b>	<b>Methods and efficacy of social support interventions in preventing suicide: a systematic review and meta-analysis</b>
<b>Autoría</b>	Xiaofei Hou, Jiali Wang, Jing Guo, Xinxu Zhang, Jiahai Liu, Linmao Qi, Liang Zhou
<b>Publicación</b>	Evid Based Ment Health . 2022 Feb;25(1):29-35.



<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>Pregunta: El suicidio es un problema de salud pública y mental a escala mundial. La eficacia de las intervenciones de apoyo social no se ha demostrado ampliamente en la prevención del suicidio. Nuestro objetivo fue describir los métodos de las intervenciones de apoyo social para la prevención del suicidio y examinar su eficacia.</p> <p>Selección y análisis de los estudios: Realizamos búsquedas en bases de datos bibliográficas y llevamos a cabo ensayos clínicos. Los criterios de inclusión para el resumen de los métodos de intervención fueron los siguientes: (1) estudios destinados a prevenir el suicidio mediante métodos que proporcionaran apoyo social de forma directa; (2) uso de uno o más métodos para proporcionar apoyo social de forma directa. Los criterios de inclusión adicionales para el metaanálisis sobre la eficacia de estas intervenciones fueron: (1) se midió el suicidio, el intento de suicidio o un resultado relacionado con el apoyo social; (2) diseño de ensayo controlado aleatorizado y (3) uso de la intervención de apoyo social como método principal o único.</p> <p>Resultados: En total, se identificaron 22 656 registros y 185 ensayos clínicos. Revisamos 77 estudios en cuanto a métodos de intervención, entornos, proveedores de apoyo y receptores de apoyo. Hubo un total de 18 799 personas-año entre los diez estudios que midieron el suicidio. El número de suicidios se redujo significativamente en el grupo de intervención (razón de riesgo [RR] = 0,48; IC del 95 %: 0,27 a 0,85). En 14 estudios con un total de 14 469 personas-año, no se observó una reducción significativa de los intentos de suicidio en el RR combinado global de 0,88 (IC del 95 %: 0,73 a 1,07).</p> <p>Conclusiones: Se recomendaron las intervenciones de apoyo social como estrategia de prevención del suicidio para las personas con un riesgo elevado de suicidio.</p>
-------------------------	---

<b>Título</b>	<b>The effectiveness of peer support for individuals with mental illness: systematic review and meta-analysis</b>
<b>Autoría</b>	Dorien Smit, Clara Miguel, Janna N Vrijsen, Bart Groeneweg, Jan Spijker, Pim Cuijpers
<b>Publicación</b>	Psychol Med. 2022 Sep 6;53(11):5332–5341.
<b>Resumen/Objetivo</b>	Antecedentes: los beneficios de las intervenciones de apoyo entre pares (PSI) para las personas con enfermedades mentales no se conocen bien. El objetivo de esta revisión sistemática y metaanálisis fue evaluar la eficacia de las PSI en personas con enfermedades

---

mentales en cuanto a los resultados de recuperación clínica, personal y funcional.

**Métodos:** se realizaron búsquedas en PubMed, Embase y PsycINFO (18 de diciembre de 2020). Se incluyeron ensayos controlados aleatorios (ECA) que comparaban las PSI proporcionadas por pares con condiciones de control. La calidad de los registros se evaluó utilizando la herramienta de riesgo de sesgo de la Colaboración Cochrane. Los datos se agruparon para cada resultado, utilizando modelos de efectos aleatorios.

**Resultados:** tras la selección de 3455 registros, se incluyeron 30 ECA en la revisión sistemática y se sometieron a metaanálisis 28 de ellos (4152 personas). En comparación con las condiciones de control, el apoyo entre pares se asoció con tamaños del efecto post-prueba pequeños pero significativos para la recuperación clínica,  $g = 0,19$ , IC del 95 % (0,11–0,27),  $I^2 = 10$  %, IC del 95 % (0–44), y la recuperación personal,  $g = 0,15$ , IC del 95 % (0,04–0,27),  $I^2 = 43$  %, IC del 95 % (1–67), pero no para la recuperación funcional,  $g = 0,08$ , IC del 95 % (–0,02 a 0,18),  $I^2 = 36$  %, IC del 95 % (0–61). Nuestros hallazgos deben interpretarse con cautela debido a la calidad modesta de los estudios incluidos.

**Conclusiones:** las PSI pueden ser eficaces para la recuperación clínica y personal de las enfermedades mentales. Los efectos son modestos, aunque consistentes, lo que sugiere una posible eficacia de las PSI en una amplia gama de trastornos mentales y tipos de intervención.

---

## OTROS ARTÍCULOS DE INTERÉS

<b>Título</b>	<b>La rehabilitación psicosocial y el trabajo social sanitario</b>
<b>Autoría</b>	Nilsa Carmen Viejo Lezcano, Ruth Santamarta Plaza, Sonia Plou Asensio
<b>Publicación</b>	Revista Sanitaria de Investigación, 19 de febrero de 2025.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El artículo analiza la rehabilitación psicosocial (RPS) en personas con trastorno mental grave (TMG) y el papel del trabajo social sanitario dentro de los recursos especializados.</p> <p>Su objetivo es ofrecer una visión integral, describiendo:</p> <p>características y necesidades del TMG, criterios de acceso a recursos rehabilitadores, funcionamiento del Plan Individualizado de Rehabilitación (PIR), importancia de la red social, rol del trabajador social y recursos disponibles en Aragón.</p>

<b>Título</b>	<b>Trabajo social, salud mental y modelo de Atención centrado en la persona [TFG]</b>
<b>Autoría</b>	Dña. Adriana María Revilla Martín
<b>Publicación</b>	Facultad de Educación y Trabajo Social. Universidad de Valladolid. Curso 2021-2022.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>El TFG analiza cómo el Trabajo Social puede apoyar la recuperación y la vida autónoma de personas con problemas de salud mental, utilizando como marco principal el Modelo de Atención Centrado en la Persona (ACP).</p> <p>La autora combina revisión teórica, análisis del rol profesional y un caso práctico basado en su experiencia en FEAFES El Puente Salud Mental Valladolid.</p> <p>El objetivo central es demostrar que la ACP es un enfoque eficaz para promover autonomía, dignidad, participación y calidad de vida en personas con enfermedad mental grave.</p>

## RECURSOS DE APRENDIZAJE

### Cursos de autoaprendizaje gratuitos

<b>Título</b>	<b>Prevención de la autolesión y el suicidio: empoderamiento de los profesionales de atención primaria de salud - 2da versión</b>
<b>Plataforma</b>	Campus Virtual de Salud Pública (CVSP) de la OPS/OMS.
<b>Resumen/Objetivo</b>	Curso para fortalecer capacidades del primer nivel en comprensión de determinantes sociales, estigma y mitos, y en detección, manejo y derivación oportuna de riesgo suicida y autolesión, para prevención en APS.

<b>Título</b>	<b>Entendiendo y actuando contra el stigma en salud mental en contextos de salud</b>
<b>Plataforma</b>	Campus Virtual de Salud Pública (CVSP) de la OPS/OMS.
<b>Resumen/Objetivo</b>	El presente curso virtual parte de la certeza de que las personas con problemas de salud mental se enfrentan a diferentes retos en su relación con los sistemas de salud: se ha evidenciado un mayor tiempo de espera para obtener una consulta médica; barreras de acceso a la salud; la mayor probabilidad de problemas o errores en los diagnósticos; retrasos importantes, o no acceso a los tratamientos; y una dificultad mayor en los seguimientos de pacientes crónicos. Todo esto hace relevante y urgente el abordaje por parte de los profesionales de salud de los problemas asociados al estigma en sus contextos laborales.

<b>Título</b>	<b>Protección y promoción de los derechos humanos en la respuesta en salud mental y apoyo psicosocial en emergencias</b>
<b>Plataforma</b>	Campus Virtual de Salud Pública (CVSP) de la OPS/OMS.
<b>Resumen/Objetivo</b>	<p>Las crisis humanitarias (conflictos, epidemias sanitarias, desastres socio ambientales y los contextos migratorios) causan graves sufrimientos psicológicos y sociales en las poblaciones afectadas.</p> <p>Los estándares internacionales sobre acción humanitaria y salud mental y apoyo psicosocial -SMAPS- (entre ellos, el proyecto esfera y la guía del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en emergencias humanitarias y catástrofes) promulgan que quienes proporcionan asistencia humanitaria deberían promover los derechos humanos -DDHH- de todas las personas afectadas y</p>

	proteger a los individuos y a los grupos que corren mayor riesgo de conculcación de sus derechos. Entre estos grupos se encuentran las personas con problemas de salud mental y discapacidades psicosociales.
--	---

<b>Título</b>	<b>La salud desde un enfoque de derechos humanos</b>
<b>Plataforma</b>	Campus Virtual de Salud Pública (CVSP) de la OPS/OMS.
<b>Resumen/Objetivo</b>	Este curso brinda información encaminada a a) proporcionar un marco teórico y práctico sobre los estándares del derecho internacional de derechos humanos aplicables al derecho a la salud y otros derechos relacionados y b) brindar una panorámica que permita identificar la importancia de estos estándares en la planificación, elaboración, implementación y monitoreo de programas, legislación y políticas públicas de salud.

<b>Título</b>	<b>Género y Salud: conocimiento, análisis y acción</b>
<b>Plataforma</b>	Campus Virtual de Salud Pública (CVSP) de la OPS/OMS.
<b>Resumen/Objetivo</b>	Aumentar el conocimiento y la conciencia de cómo los resultados en materia de salud están relacionados con el sexo, las normas de género, los roles, las relaciones y otros factores determinantes de la salud; iniciar la construcción de un conjunto de habilidades analíticas para el análisis de género y su aplicación en un contexto de salud pública; y entender cómo el sector de la salud puede utilizar las herramientas de análisis de género para reducir efectivamente las inequidades en salud.

# Estrategia de búsqueda de literatura científica

## Búsquedas concretas en las bases de datos

Pubmed	("recovery oriented" OR "personal recovery") AND ("severe mental illness" OR "schizophrenia") AND ("systematic review" OR "meta-analysis")
--------	--

### Bases de datos

#### Filtros aplicados en Pubmed

- Fecha publicación: 5-6 años.
- Tipo de documento: Meta-Analysis, Review, Systematic Review.
- Texto disponible en acceso libre.
- Especies: Humana.
- Excluir: preprints.

#### Criterios de inclusión

Muestra: Adultos (19 + years).

Diagnósticos: Trastorno mental grave.

Resultado: Apoyo-mejora en el proceso de recuperación en salud mental.



[www.creap.imserso.es](http://www.creap.imserso.es)