



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**EFICACIA DE LA TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL EN  
CONSUMIDORES DE ALCOHOL EN AMÉRICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

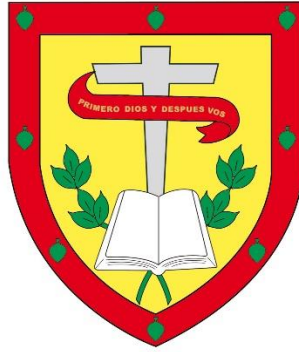
**AUTOR: YAMILED XIMENA CELI PALACIO**

**DIRECTOR: DRA. XIMENA CAMPOVERDE PESANTEZ MGS.**

**CUENCA – ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**EFICACIA DE LA TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL EN  
CONSUMIDORES DE ALCOHOL EN AMÉRICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: YAMILED XIMENA CELI PALACIO**

**DIRECTOR: DRA. XIMENA CAMPOVERDE PESANTEZ MGS.**

**CUENCA- ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

**Declaratoria de Autoría y Responsabilidad**

**Yamiled Ximena Celi Palacio** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **1150981379**. Declaro ser el autor de la obra: **“Eficacia de la terapia cognitivo conductual en consumidores de alcohol en América”**, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **10 de abril de 2025**

F: 

**Yamiled Ximena Celi Palacio**

**C.I.1150981379**

Cuenca, 10 de abril del 2025

## CERTIFICACIÓN

Yo **Dra. Augusta Ximena Campoverde Pesantez**, con cedula de identidad N° 0102673720 en calidad de Directora del Trabajo de Titulación con el tema: **“Eficacia de la terapia cognitivo conductual en consumidores de alcohol en América.”**, certificó que el presente trabajo fue desarrollado por **Yamiled Ximena Celi Palacio**, bajo mi supervisión.

AUGUSTA  
XIMENA  
CAMPOVERDE  
PESANTEZ

Firmado digitalmente  
por AUGUSTA XIMENA  
CAMPOVERDE  
PESANTEZ  
Fecha: 2025.04.10  
10:36:33 -05'00'

Atentamente;

Dra.: Ximena Campoverde Pesantez

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN  
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

## **Agradecimientos**

Hoy, al llegar a este punto tan significativo en mi vida académica y personal, no puedo evitar mirar hacia atrás y reconocer que cada paso que he dado, cada logro alcanzado, ha estado profundamente marcado por la presencia, el amor y el apoyo incondicional de dos personas que han sido, son y serán siempre mi mayor ejemplo: mis padres.

A ustedes, papá y mamá, quiero dedicar estas palabras desde lo más profundo de mi corazón. Porque si bien esta tesis lleva mi nombre, es también, en muchos sentidos, el resultado de su esfuerzo, su entrega silenciosa y su incansable dedicación.

Gracias mamá, por ser ese faro constante que ha iluminado mi camino incluso en los momentos más oscuros. Por tus palabras sabias, por tus abrazos que curan el alma, por tu paciencia infinita y por estar siempre, siempre, incluso cuando no lo pedía, pero tú sabías que te necesitaba. Has sido fuerza, ternura y valor. Me enseñaste que rendirse no es opción cuando se tiene un propósito claro y el corazón lleno de amor.

Gracias, papá, por tu ejemplo de constancia y responsabilidad. Por enseñarme que los sueños se alcanzan con esfuerzo diario y que el verdadero éxito no es solo lo que se logra, sino cómo se logra. Por confiar en mí aun cuando mis propias fuerzas flaqueaban, por ser ese respaldo firme que, sin hacer ruido, me mantuvo con entereza en cada paso.

Han sido mi hogar en todos los sentidos: no solo el espacio físico donde crecí, sino el refugio emocional al que siempre puedo volver. Esta meta cumplida es tan mía como suya, porque sin ustedes no hubiera sido posible. Gracias a la Doctora Ximena Campoverde, por brindarme su guía generosa, su paciencia y su compromiso constante su acompañamiento fue clave en cada etapa de este trabajo valoro profundamente todo el apoyo que me ofreció a lo largo del camino, quiero expresar mi más sincero agradecimiento al personal administrativo por su valiosa ayuda.

**Ximena Celi**

## **Dedicatoria**

A mis padres, las personas más importantes en mi vida, quiero dedicarles estas palabras llenas de gratitud y amor. Desde que tengo memoria, su apoyo ha sido el pilar sobre el que construí mis sueños y mis logros. Ustedes, con su paciencia infinita, su sacrificio y su sabiduría, me han enseñado a ser fuerte en los momentos difíciles y humildes en los momentos de éxito.

Cada consejo que me dieron, cada gesto de cariño, cada vez que me levantaron cuando caí, todo eso ha sido una bendición. Ustedes son los verdaderos arquitectos de mi vida, los que me han mostrado lo que significa el verdadero amor incondicional, el esfuerzo diario y la importancia de seguir adelante sin rendirse.

Gracias por darme tanto sin esperar nada a cambio, por enseñarme con su ejemplo a ser una mejor persona cada día. Los valores que me han inculcado siguen siendo la guía que ilumina mi camino, y su amor sigue siendo mi refugio en cualquier tormenta.

Hoy, más que nunca, soy consciente de la suerte que tengo de ser su hija, de haber crecido bajo su amor y su cuidado. No hay palabras suficientes para agradecer todo lo que han hecho por mí. Prometo que seguiré esforzándome para hacerlos sentir orgullosos y para honrar todo lo que me han dado. Los amo con todo mi corazón y no hay nada que pueda cambiar eso.

**Ximena Celi**

## Resumen

**Introducción:** La terapia cognitivo-conductual (TCC) es una intervención psicoterapéutica efectiva para tratar el consumo problemático de alcohol, ayudando a los individuos a modificar patrones de pensamiento y conducta que contribuyen a la adicción. En América, la TCC ha mostrado resultados positivos. No obstante, su efectividad puede estar influenciada por factores socioculturales, económicos y la adherencia de los pacientes al tratamiento. **Objetivo:** Analizar la eficacia de la TCC en el tratamiento del consumo problemático de alcohol en América. **Metodología:** Se realizó una revisión bibliográfica siguiendo la metodología PRISMA, con un enfoque cualitativo, descriptivo y exploratorio, y se incluyeron 20 estudios publicados entre 2019 y 2024. **Resultados.** La TCC ha demostrado ser efectiva en la reducción del consumo de alcohol, el tratamiento y la prevención de recaídas. Su impacto varía según el contexto social y cultural, lo que dificulta la generalización de los resultados. Por ello, se comparó el estudio en América del Norte y del Sur. En Estados Unidos, su uso con consumidores no ocasionales ha sido eficaz para modificar patrones disfuncionales de pensamiento y comportamiento. En América del Sur, también se ha reportado su efectividad; aunque, condicionada por factores socioculturales y económicos, adaptándose a contextos con recursos reducidos, relacionados con el acceso limitado a servicios de salud mental, la estandarización de protocolos y la falta de seguimiento a largo plazo. **Conclusión:** La TCC es una herramienta terapéutica eficaz; sin embargo, la efectividad depende del contexto social, de la personalización del tratamiento y su integración con enfoques complementarios, esta combinación permite optimizar los resultados de cada paciente.

**Palabras clave:** Terapia cognitivo-conductual, consumo de alcohol, intervención psicoterapéutica, américa, eficacia terapéutica.

## **Abstract**

**Introduction.** Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is an effective psychotherapeutic intervention for treating problematic alcohol consumption, helping individuals modify the thought and behavioral patterns that contribute to addiction. In the Americas, CBT has demonstrated positive results. However, its effectiveness can be influenced by sociocultural and economic factors, as well as patient adherence to treatment. **Objective.** To analyze the efficacy of CBT in treating problematic alcohol consumption in the Americas. **Methodology.** A literature review was conducted following the PRISMA methodology, with a qualitative, descriptive, and exploratory approach, including 20 studies published between 2019 and 2024. **Results.** CBT has proven effective in reducing alcohol consumption, supporting treatment, and preventing relapse. Its impact varies depending on the social and cultural context, complicating the generalization of results. Therefore, the study compared North and South America. In the United States, its use with regular drinkers has effectively modified dysfunctional patterns of thought and behavior. In South America, its effectiveness has also been reported; however, it is conditioned by sociocultural and economic factors, adapting to resource-limited contexts such as limited access to mental health services, the standardization of protocols, and the lack of long-term follow-up. **Conclusion.** CBT is an effective therapeutic tool; however, its success depends on the social context, the personalization of treatment, and its integration with complementary approaches. This combination optimizes results for each patient.

**Keywords:** Cognitive Behavioral Therapy, alcohol consumption, psychotherapeutic intervention, Americas, therapeutic efficacy.

## **Contenido**

Introducción .....	10
Objetivos .....	15
Materiales y métodos .....	15
Desarrollo.....	19
Bibliografía .....	47

## Introducción

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) se destaca como un tratamiento psicológico que incorpora técnicas provenientes tanto de las terapias conductuales como de las cognitivas (Sánchez et al., 2022). Como explican Landy et al. (2022) en relación con el contexto del alcoholismo, la TCC se utiliza para abordar la motivación para el cambio, el control de estímulos, la exposición y la prevención de recaídas cuando la persona intenta identificar y alterar procesos que formaron parte de su comportamiento alcohólico, ayudándola a desarrollar procesos para controlar los disparadores y la tentación de beber.

La TCC tiene como propósito principal conseguir una disminución del malestar psicológico y comportamientos desadaptativos a través de reestructuración cognitiva (Sánchez et al., 2022). Mendoza (2020) explica que fue en este enfoque donde se observó una estrecha relación entre las emociones y comportamientos, con las cogniciones o pensamientos y creencias de la persona. Por otro lado, Gonzaga y Rodríguez (2021) atendieron a la TCC como una intervención psicoterapéutica breve, estructurada, de orden temporal reciente, orientada a la modificación de pensamientos y conductas disfuncionales que perjudicaron la vida del sujeto.

Ha habido durante mucho tiempo evidencia que muestra la efectividad de la TCC tradicional en contraste con condiciones de control de atención mínima y usual. Además, la TCC combinada con otros tratamientos basados en evidencia como la entrevista motivacional, la gestión de contingencias o la farmacoterapia también demostró ser efectiva. Sin embargo, ninguna forma de TCC fue consistentemente superior en efectividad a otras modalidades empíricamente apoyadas. Magill et al. (2023) señalaron que la TCC y sus formas integrativas tenían la posibilidad de una aplicación flexible, incluidos formatos digitales. A pesar de alguna evidencia preliminar que indica efectos moderados en los resultados subyacentes, la información sobre los procesos activos era escasa.

Este concepto incluye así personas que han consumido alcohol en diferentes cantidades y frecuencias, según Ahumada et al. (2020), un consumo desde ocasional al de más de una ingesta abusiva. De forma general, los bebedores de alcohol sufrieron una gran variedad de consecuencias que dependía de la cantidad y la frecuencia con que se consumía, lo que, a su vez, resultó en múltiples problemas médicos como enfermedades del hígado y del corazón, y problemas psicológicos como depresión y ansiedad. Además, el uso excesivo

y constante de alcohol también se relacionó con dificultades significativas de carácter social, legal y salud como accidentes de tránsito, violencia contra la mujer y problemas de trabajo (CDC, 2021).

Por otro lado, Gómez et. al (2024) describieron a los consumidores ocasionales de alcohol como aquellos que beben alcohol de manera infrecuente, generalmente en reuniones sociales o festividades; si bien la bebida ocasional se considera generalmente inofensiva, no se deben pasar por alto los riesgos asociados. Incluso en pequeñas cantidades, el alcohol representa una amenaza para la coordinación motora y el juicio, aumentando la probabilidad de accidentes y lesiones. Además, beber grandes cantidades de alcohol de manera infrecuente, lo que se denomina consumo excesivo de alcohol, presenta algunos riesgos como intoxicación por alcohol, deshidratación severa y daño agudo a órganos vitales (Rueda et al., 2021).

Según los criterios de diagnóstico del DSM-5 (2015), el diagnóstico de trastorno por consumo de alcohol requiere una evaluación de los patrones de uso y sus efectos adversos en la vida de la persona (Aza et al., 2022). Por lo tanto, es aconsejable conceptualizar y desplegar herramientas de evaluación psicométrica precisas para detectar estos patrones adecuadamente. Además, estas herramientas ayudan en la detección de patrones de consumo problemático al medir la cantidad y frecuencia del consumo de alcohol, los síntomas de dependencia y los resultados negativos asociados (Aza et al., 2022). El uso de estas evaluaciones ha permitido a los profesionales de la salud obtener una comprensión integral de los efectos del alcohol en la persona y elaborar planes de tratamiento apropiados (Aza et al., 2022). A menudo, los pacientes auto referidos con trastorno por uso de alcohol tienden a buscar ayuda debido a las consecuencias negativas del alcohol en su salud física, mental y social (Moreno, 2024).

### **Presentación del problema**

A nivel mundial, unas 2.3 millones de personas eran bebedores habituales y la ingestión per cápita de la población mayor de 15 años en 2010 y 2016 se estimó en 6.4 litros. A nivel mundial, el alcohol produjo más de 3 millones de muertes en un año y correspondió al 5.3% de todas las muertes. Además, el consumo de alcohol estuvo relacionado con más de 200 enfermedades y lesiones (Herrera, 2020). En Ecuador, según la OMS, el país se encontró entre los países de América con mayor consumo de alcohol. Para el año 2012, el 41.3% de la población reportó consumo de alcohol en el mes previo, con una prevalencia similar en zonas

rurales (41.5%) y urbanas (41.2%) (OMS, 2018). En la provincia del Azuay, que incluye la ciudad de Cuenca, esta cifra fue aún mayor, alcanzando el 43.8% (Ortiz et al., 2019). Además, en Cuenca, el consumo de alcohol se consolidó como un problema crítico, contribuyendo al incremento de accidentes de tráfico, violencia doméstica y otras problemáticas sociales. Los informes de las autoridades locales señalaron que un número preocupante de incidentes delictivos y emergencias estaban vinculados al consumo de alcohol. Este patrón de consumo de trastorno por uso de sustancias impuso una carga considerable a los sistemas de salud pública y seguridad al aumentar la demanda de atención médica y asistencia policial. En este sentido, se han integrado estrategias basadas en TCC en algunos programas comunitarios destinados a rehabilitar a los consumidores de alcohol no problemáticos. Estos programas han sido efectivos en mejorar la disposición al cambio, así como en desarrollar habilidades de afrontamiento para prevenir recaídas. No obstante, las brechas culturales y de recursos necesarias para aplicar estos enfoques siguen siendo un desafío en la zona.

Por el contrario, la influencia que la familia y los amigos han tenido es significativa con respecto al inicio y la perpetuación del consumo de alcohol. No obstante, también pueden actuar como factores de protección cuando proporcionan buenos modelos a seguir (García, 2019). En poblaciones más jóvenes, la TCC se ha centrado en la identificación temprana de patrones problemáticos y la promoción de habilidades de afrontamiento para prevenir la dependencia.

En Ecuador, a partir de datos del INEC (2018), señala que más de 900,000 personas fueron consideradas bebedores ocasionales de alcohol según el informe del Sistema Nacional Integrado de Indicadores Sociales, una práctica arraigada en la cultura y los procesos de la sociedad a través de todos los estratos sociales. Además, el mayor consumo de alcohol se observó entre los jóvenes de 19 a 24 años, y en 2012, el 12 por ciento de esta población consumía bebidas alcohólicas, y el 26,3 por ciento de los adultos de 20 a 59 años comenzaron a consumir alcohol antes de cumplir los 16 (INEC, 2018). En este contexto, aunque el consumo ocasional no conduce necesariamente a la adicción, los efectos secundarios implican la afectación de la coordinación y el juicio, lo que aumenta las posibilidades de accidentes y lesiones. Por esta razón, se ha desarrollado e implementado TCC en programas de prevención dirigidos a jóvenes y adultos en estilos de vida moderados en riesgo, con el fin de cambiar sus conductas de consumo y aumentar su capacidad para resistir la presión social y el acceso temprano al alcohol.

Por ejemplo, en Estados Unidos, en 2022, el 19.7% de los adolescentes de 14 a 15 años reportaron haber ingerido alcohol al menos una vez, mientras que 5.8 millones de jóvenes de 12 a 20 años reportaron haber consumido más de "solo unos sorbos" en el mes pasado (Herrera, 2020). Esta información sugiere la necesidad de intervenciones terapéuticas personalizadas para diferentes grupos de edad, especialmente para adolescentes y jóvenes adultos. La TCC se ha implementado en programas escolares y comunitarios en América, centrándose en estrategias para manejar la ansiedad, tomar decisiones y prevenir la recaída en bebedores problemáticos. Así, la evidencia señala que la implementación de la TCC en tales contextos contribuye a un comportamiento de consumo responsable, y también ayuda a minimizar los riesgos asociados con el consumo social al prevenir el desarrollo de una dependencia alcohólica a largo plazo.

Los resultados de salud pública son persistentemente negativos debido a enfermedades crónicas, accidentes automovilísticos, violencia doméstica y otros factores que derivan del consumo de alcohol que excede la tasa promedio mundial en un 40%. La población consumidora más frecuente enfrenta el peso de este problema, ya que son los que están más en riesgo de adicción. Este desafío político particular se ha abordado hasta cierto punto a través de la implementación de iniciativas de TCC, que tienden a ser más efectivas con ciertos grupos de edad y entornos socioculturales, y, por lo tanto, requieren un ajuste al nivel del paciente individual (OPS, 2022).

La TCC ha demostrado ser efectiva en la prevención del consumo y la recaída, especialmente en consumidores no compulsivos. En América, su uso ha variado según el tipo de usuario; para los consumidores jóvenes ocasionales, se enfatiza la psicoeducación y la gestión de la presión social, mientras que, para los consumidores frecuentes, se centra en la autorregulación emocional, el autocontrol y la reestructuración cognitiva. Sin embargo, su efectividad está condicionada por consideraciones socioculturales y económicas, adaptadas a la diversidad de la región (Londoño, 2022; Mendoza, 2020).

En América Latina, la integración de redes de apoyo y programas comunitarios en la TCC grupal ha tenido resultados favorables en la reducción del consumo de sustancias y en una mejora psicológica de los pacientes (Peng et al., 2022). Sin embargo, aún existen vacíos en la evidencia respecto a su efectividad con poblaciones en riesgo, lo que enfatiza la necesidad de una mayor exploración de métodos para mejorar su uso y efectividad en la rehabilitación de consumidores crónicos de alcohol (Peng et al., 2022).

### **Pregunta guía de investigación**

¿Es eficaz la terapia cognitivo conductual en los consumidores de alcohol en América?

### **Justificación**

Este análisis sobre la eficacia de la TCC en alcohólicos es de gran relevancia por su aspecto social y científico. Diechtiar (2022) enfatizó la necesidad de la optimización de TCC en el tratamiento del alcoholismo, especialmente en casos donde los contextos socioculturales son diversos, lo que plantea la necesidad de revisarlo en América. Su estudio puso de manifiesto que el uso de la TCC en consumidores de alcohol es eficaz, siempre que haya una adecuada diferenciación de sus estrategias en función de la educación, cultura y acceso a servicios de salud. Asimismo, subrayó la necesidad de diseñar más tratamientos que sean inclusivos y que respondan a los problemas de adherencia al tratamiento y de consumo de alcohol. Armijos et al. (2022), a su vez, indicaron que, para la sociedad, el alcoholismo significó los graves problemas tales como, la violencia intrafamiliar y la baja productividad. Con respecto al uso de alcohol, la OPS (2020) comentó que este es un factor asociado al 27% de los casos de violencia intrafamiliar en Latinoamérica y un gasto en productividad apalancado del 5% al año por ausentismo y declino de performance en el trabajo. En este sentido, esta investigación tuvo la oportunidad de mejorar la salud y el bienestar de los individuos, así como de las comunidades al reconocer terapias más efectivas, ayudando así a reducir el impacto del alcoholismo en la sociedad.

Además, el estudio se ha fundamentado en la elección de un análisis bibliográfico, la cual fue adecuada porque permitió sintetizar y consolidar una amplia cantidad de información existente, ofreciendo una visión global de las investigaciones previas (Rodríguez et al., 2024). Asimismo, el enfoque cualitativo facilitó la identificación de tendencias emergentes y áreas sub-investigadas, lo que puede orientar futuras investigaciones y prácticas clínicas, particularmente en la optimización de intervenciones terapéuticas en relación a la TCC, el ajuste de programas de tratamiento a las necesidades individuales de los pacientes.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Analizar la eficacia de la terapia cognitivo-conductual (TCC) en consumidores de alcohol en América.

### **Objetivos específicos**

Determinar la influencia en la efectividad de la terapia cognitivo-conductual en el tratamiento de los consumidores de alcohol frecuentes en América.

Identificar la influencia en la efectividad de la terapia cognitivo-conductual en el tratamiento de los consumidores de alcohol no ocasionales en América.

## **Materiales y métodos**

### **Diseño**

Este análisis se fundamentó en una revisión de literatura bibliográfica bajo una metodología PRISMA con un alcance descriptivo y exploratorio, utilizando un enfoque cualitativo. El diseño descriptivo se enfocó en detallar los enfoques terapéuticos utilizados, la duración de los tratamientos y los resultados obtenidos a largo plazo. Por otro lado, el componente exploratorio permitió identificar tendencias emergentes y áreas que requieren una mayor investigación.

### **Estrategias de búsqueda**

Para llevar a cabo esta revisión de literatura, se utilizaron palabras clave en español e inglés empleando descriptores y calificadores de "Tesauros" como MeSH y DeCS. Las frases clave seleccionadas fueron: terapia cognitivo conductual, consumo de alcohol, efectividad, enfoques terapéuticos, duración del tratamiento y factores determinantes. Las bases de datos para la búsqueda serán Scopus, Web of Science, Taylor & Francis, PubMed y PsycINFO, Scielo y Dialnet serán accesibles a través de la biblioteca de la Universidad Católica de Cuenca.

### **Criterios de selección**

Para garantizar la validez metodológica y la calidad de las investigaciones escogidas, se definieron criterios concretos para la inclusión y exclusión. Se incluyeron estudios observacionales, incluyendo estudios de cohorte y transversales, que evaluaron la efectividad de la TCC en usuarios de alcohol. Solo se aceptaron aquellos estudios que contenían

información cuantitativa o cualitativa relevante sobre el uso de la TCC y sus resultados en el consumo de alcohol tanto en entornos clínicos como comunitarios. Además, se dio prioridad a aquellas investigaciones que emplearon herramientas de medición validadas y que fueron publicadas en bases de datos de revisión mediante pares de acceso abierto. Para asegurarse de que la información estuviera actualizada, solo se incluyeron estudios publicados en los últimos cinco años (entre el 1 de junio de 2019 y el 31 de junio de 2024) escritos en español o inglés.

Por otro lado, se excluyeron los estudios que no se centraron en la TCC como la intervención principal para el consumo de alcohol, así como aquellos sin información relevante sobre su eficacia en la reducción del consumo.

También se descartaron investigaciones que no estuvieran disponibles en texto completo, publicaciones duplicadas y revisiones narrativas sin datos empíricos originales. Asimismo, no se consideraron estudios centrados en pacientes con diagnóstico de dependencia severa de alcohol combinada con otras drogas, ya que estos podrían interferir en la evaluación específica de la TCC en consumidores de alcohol. De igual manera, se excluyeron estudios que no pertenecieran a disciplinas como Psicología, Psicología Clínica, Psiquiatría o Psicoterapia, así como aquellos con diseños metodológicos de baja calidad, definidos por la ausencia de criterios claros en la selección de participantes, falta de control de sesgos o ausencia de validación de instrumentos de medición.

### **Extracción de datos**

Se elaboró una tabla para la extracción de datos que incorporaba variables tales como el autor(es), el año, el diseño, la muestra, las características de los participantes (terapia cognitivo-conductual), resultados principales y cualquier otra información relevante. La extracción de datos se realizó de manera independiente por al menos dos revisores para asegurar la precisión y la consistencia. Cualquier discrepancia entre los revisores se resolvió mediante discusión y, cuando fue necesario, consultando a un tercer revisor. Este método garantizó que hubiera una recopilación completa y de evidencia sobre la eficacia de la TCC con consumidores de alcohol en América.

### **Análisis de datos**

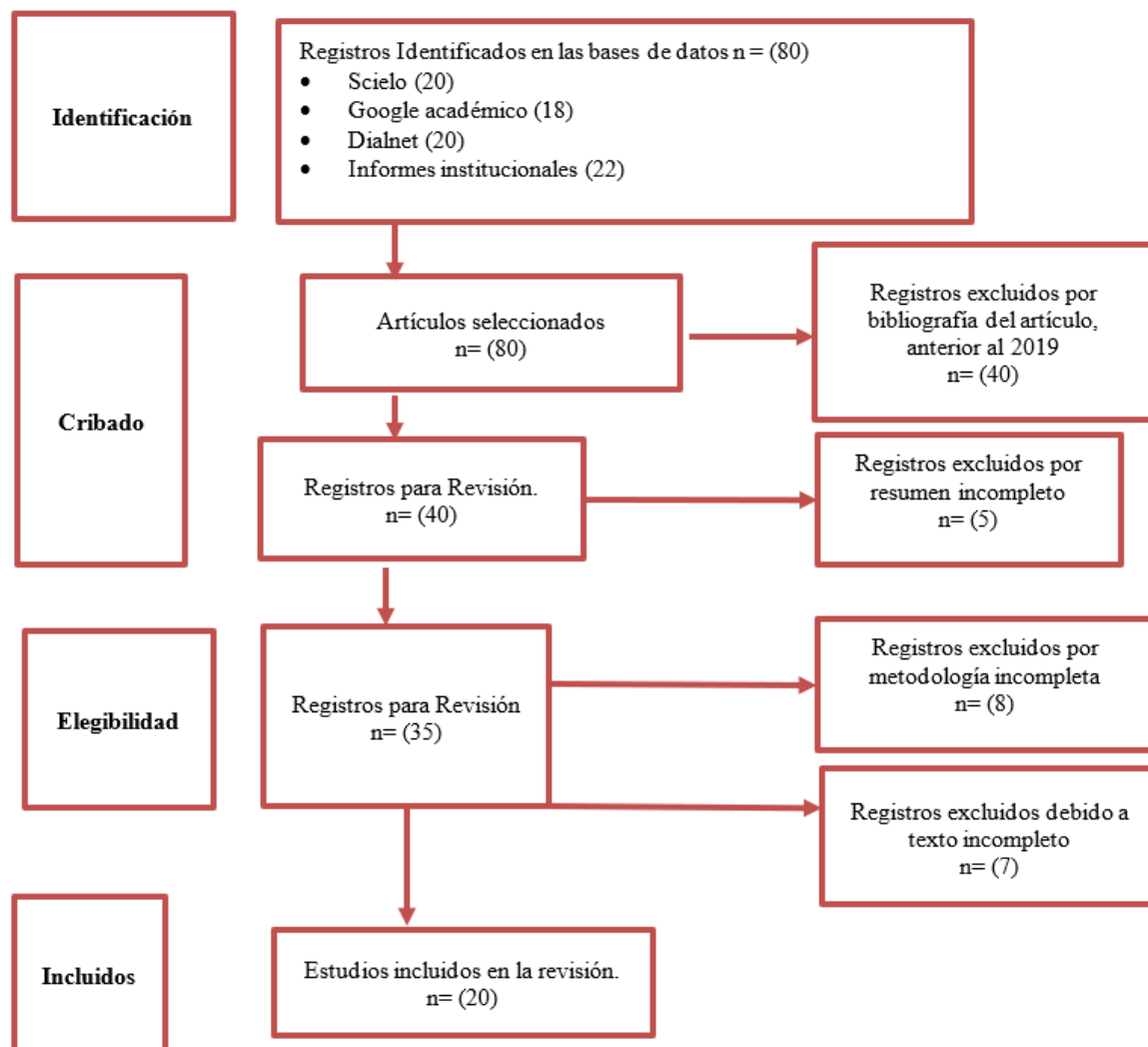
Se utilizó un enfoque estructurado correspondiente a los objetivos del proyecto para analizar los datos. La literatura científica y las fuentes académicas autoritativas se evaluaron dentro del contexto de su relevancia y congruencia para garantizar la credibilidad y validez de

la información. Primero, se llevó a cabo un análisis basado en los diseños y las características de la intervención (componentes específicos de la TCC) y sus protagonistas, el consumo de bebida alcohólica y/o comportamiento que se buscaba modificar, que era la reducción en el consumo de alcohol. Luego, realicé la etnografía cualitativa de los métodos de las unidades de observación con el propósito de descubrir las TCC y la efectividad. Por otro lado, se analizaban internamente la manera en que cada uno de los estudios cumplió con los objetivos del proyecto de investigación y esto ayudó a consolidar los resultados sobre la efectividad de la TCC, en diferentes escenarios y poblaciones. Periféricamente, se consideraron los factores temporales, en especial el fenómeno de la publicación de artículos entre 2019 y 2024, para establecer qué variaciones en la efectividad de la TCC y novedades en su uso se pudo observar a lo largo del tiempo. Por último, se estudió la ubicación de los trabajos para comprobar si había variabilidad en la efectividad de TCC en diferentes contextos culturales y territoriales.

En el proceso de revisión sistemática, se identificaron inicialmente 80 registros a partir de diversas bases de datos: 15 en Scielo, 10 en Scopus, 25 en Google Académico, 10 en Dialnet y 20 en repositorios universitarios. Después de una evaluación inicial, se eliminaron 40 registros debido a que su bibliografía era anterior a 2019. Además, se descartaron 5 artículos que solo estaban en proceso de revisión, 8 artículos con resúmenes incompletos, 7 con texto inconcluso. Finalmente, se seleccionaron 20 documentos para el estudio detallado, que se describirán a continuación.

Figura 1

Flujograma Prisma



## Desarrollo

### **Influencia en la efectividad de la TCC en el tratamiento de los consumidores de alcohol frecuentes en América.**

El consumo de alcohol puede clasificarse en uso, abuso y dependencia, lo que influye en la necesidad y enfoque de intervención terapéutica. Según Cazares et al. (2022), el consumo de alcohol sigue una progresión desde el uso ocasional hasta la dependencia, caracterizada por síntomas fisiológicos y conductuales. Por su parte, Ahumada et al. (2020) establecen que la distinción entre uso y abuso depende de la interferencia del consumo en la vida personal, social y laboral del individuo. Mientras que el uso de alcohol puede no presentar consecuencias inmediatas, el abuso implica patrones repetitivos que afectan el funcionamiento diario y la salud.

La tabla 1 recopila la información más relevante investigada acerca de los factores que afectan la efectividad de la TCC en el tratamiento de alcoholismo en los Estados Unidos. En esta tabla se recogen estos aspectos importantes autores, objetivos, diseño, resultados, de forma tal que permitan contrastar los estudios de manera global. Desde la implementación de la TCC en contextos americanos hasta la combinación de TCC con la entrevista motivacional y las terapias farmacológicas, la evidencia fue valiosa. También, la alianza terapéutica y las primeras impresiones del terapeuta fueron factores evaluativos complejos.

**Tabla 1**

*Resumen sistematizado de estudios sobre la efectividad de la TCC en el tratamiento de consumidores de alcohol en América*

<b>Autores</b>	<b>Propósito</b>	<b>Diseño / Tipo de estudio</b>	<b>Resultados principales</b>	<b>Conclusiones</b>
Kang y Kim (2021)	Analizar la combinación de la entrevista motivacional (MI) con la TCC en la modificación del comportamiento de grandes bebedores.	Ensayo clínico aleatorizado De los 213 empleados evaluados inicialmente utilizando el AUDIT-C, se seleccionaron 141 empleados con una puntuación de 4 o superior, quienes realizaron una entrevista de evaluación inicial para identificar conductas de consumo problemático de alcohol en Norteamérica. Un total de 93 personas fueron excluidas: 89 personas que obtuvieron menos de 16 puntos en los resultados del AUDIT; 2 personas que tuvieron dificultades para participar debido a restricciones	Se pudieron identificar diferencias en cómo se percibe el alcohol, un aumento en la autoeficacia y patrones de comportamiento. Se identificaron cuatro aspectos clave, que son: reducción de los beneficios percibidos del consumo, cambios en la percepción de los costos, cambio de comportamiento y aumento en la autoeficacia.	La combinación de MI y TCC mostró ser efectiva en la modificación del comportamiento de grandes bebedores. Sin embargo, la muestra reducida y la falta de seguimiento a largo plazo establecen límites en los resultados. A su vez se solicita ampliar la muestra y realizar estudios con un período de evaluación extendido.

		laborales; y 2 personas que no desearon participar en este estudio. Los participantes finales sumaron un total de 47 personas: 24 en el grupo de intervención y 23 en el grupo de control.		
Fordham et al. (2021)	Evaluar la efectividad de la TCC en el tratamiento de la adicción al alcohol en América y como se reduce el del consumo en personas con patrones problemáticos y dependientes. También se busca analizar la variabilidad en la eficacia de la TCC de acuerdo a la permanencia del tratamiento, la aplicación de refuerzos conductuales y los contextos socioculturales en los que se implementa.	Metaanálisis de múltiples estudios realizados en América sobre la efectividad de la TCC y a la prevención de recaídas. Se incluyeron investigaciones con diferentes enfoques metodológicos y poblaciones diversas, lo que permitió una evaluación amplia de los efectos de la terapia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La TCC demostró ser efectiva en la reducción del consumo de alcohol, especialmente en personas con dependencia severa.</li> <li>- Se observó que la terapia no solo promueve la abstinencia a corto plazo, sino que también mejora el comportamiento emocional y a su vez tomar decisiones, ante las recaídas.</li> <li>- La eficacia de la TCC varía con relación a la duración del tratamiento y la presencia de estrategias de refuerzo</li> </ul>	<p>A pesar de los beneficios observados, los métodos y enfoques terapéuticos variados en los estudios revisados contradicen la formulación de un modelo específico para la aplicación de la TCC en el tratamiento del alcoholismo.</p> <p>Las discrepancias en la medición del tiempo para las intervenciones, junto con el control de los refuerzos conductuales, pueden afectar</p>

			<p>conductual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se identificó que la combinación de TCC con enfoques motivacionales potencia los resultados positivos, especialmente en poblaciones con historial prolongado de consumo.</li> <li>- La heterogeneidad en cuanto a estudios dificultó la comparación de resultados y la identificación de un modelo único de intervención efectiva.</li> </ul>	<p>la efectividad de los resultados, lo que indica la necesidad de una investigación más homogénea.</p>
<p>Cazares et al. (2022)</p>	<p>Para entender la efectividad, evalúa un programa de intervención que emplea técnicas de TCC con pacientes dependientes de drogas centrado en construir su sentido de propósito y metas personales.</p>	<p>Estudio cuantitativo con diseño preexperimental. Se aplicaron pruebas antes y después de la intervención a un grupo de usuarios drogodependientes. Se utilizaron herramientas psicométricas como el Cuestionario para el Consumo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se obtuvo una reducción considerable en el consumo de drogas tras la intervención con TCC.</li> <li>- Hubo un aumento significativo en la satisfacción con la vida de los participantes y en la percepción del propósito de</li> </ul>	<p>El trabajo demuestra lo eficaz de la TCC en la reducción del consumo de drogas, sino en la robustez del sentido de vida y satisfacción del participante, lo que reafirma su potencial en la rehabilitación de drogodependientes.</p>

		<p>de Drogas, la Escala de Satisfacción con la Vida y la Escala de Sentido de Vida, validadas para medir el impacto del tratamiento en los participantes.</p>	<p>la vida.  en la disminución del uso, sino que además modifica el bienestar subjetivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La integración de herramientas psicométricas permitió una evaluación objetiva del impacto del tratamiento.</li> <li>- A pesar de la reducción en el consumo, no se realizó un monitoreo a largo plazo para evaluar la viabilidad de las modificaciones observadas.</li> </ul>	<p>Se recomienda que futuras investigaciones utilicen metodologías experimentales con grupos de control y seguimiento a largo plazo para validar los hallazgos y garantizar la sostenibilidad de los efectos positivos de la TCC en la rehabilitación de</p>
--	--	---	---	--

				personas .
Washburn et al. (2022)	<p>Evaluar la implementación de la TCC en pacientes alcohólicos en América Latina, explorando su efectividad en disminuir la ingesta de alcohol y potenciar el bienestar psicológico. Se analizó cómo la combinación de TCC con intervenciones motivacionales podía potenciar los efectos del tratamiento.</p>	<p>Estudio de implementación con enfoque cuantitativo y cualitativo. Se evaluó la efectividad del programa en distintos centros de tratamiento de América Latina, considerando variables como frecuencia de consumo, control de impulsos y al enfrentarse a situaciones de riesgo.</p>	<p>- La TCC combinada con intervenciones motivacionales mostró una disminución del consumo de alcohol en los participantes. - Se observó una mejora en la regulación emocional y el manejo de impulsos, factores clave en la prevención de recaídas. - Los pacientes que participaron en módulos de capacitación en competencias sociales y de resolución de problemas de conflictos mostraron una mayor adherencia al tratamiento. - La efectividad de la TCC varió según el contexto sociocultural, destacando la</p>	<p>La implementación de la TCC en pacientes alcohólicos en América Latina confirmó su efectividad en al mejorar el bienestar psicológico.  La combinación con estrategias motivacionales fue clave para aumentar la adherencia y el éxito del tratamiento, especialmente en el control de impulsos y la gestión de situaciones de alto riesgo.  Sin embargo, la heterogeneidad en la aplicación del tratamiento en diferentes centros sugiere la necesidad de estandarizar protocolos y adaptar las</p>

			necesidad de adaptaciones según la población tratada.	<p>intervenciones a los contextos culturales y económicos específicos de la región.</p> <p>Se recomienda realizar estudios longitudinales para evaluar la sostenibilidad de en función de largo plazo y la integración de la TCC en políticas de salud pública enfocadas en el tratamiento del alcoholismo.</p>
Barrios et al. (2021)	Estudiar la efectividad de la TCC en el tratamiento de la comorbilidad entre el dolor crónico y el alcoholismo, definiendo rasgos neuroadaptativos relevantes y el efecto que tienen en la rehabilitación.	Revisión sistemática de estudios previos realizados en Argentina sobre el tratamiento psicoterapéutico del dolor crónico y la adicción al alcohol.	<p>- La TCC mostró resultados positivos al abordar simultáneamente los trastornos subyacentes y las conductas adictivas.</p> <p>- Se identificaron mecanismos neuroadaptativos compartidos entre el dolor crónico y el abuso de alcohol, como la alteración</p>	Esta revisión destaca el potencial de la terapia cognitiva donde el tratamiento combina el dolor crónico y el abuso de alcohol, centrándose en el impacto de la terapia en el control emocional y en la disminución de conductas adictivas.

			en la capacidad de experimentar placer, la búsqueda compulsiva de sustancias y altos niveles de estrés.	
Sánchez et al. (2022)	Evaluar la efectividad de una intervención psicológica fundamentada en la TCC para mitigar el malestar psicológico y el uso de sustancias en pacientes dependientes.	Estudio de intervención con seguimiento de seis meses sin grupo de comparación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disminución significativa de los niveles de ansiedad, depresión y distrés tras la intervención.</li> <li>- Reducción en el consumo de sustancias en los pacientes tratados.</li> <li>- Mejora la percepción de la vida de los participantes.</li> </ul>	Se respalda la efectividad de una intervención basada en TCC para disminuir el malestar psicológico y el uso excesivo de sustancias psicoactiva, posicionándola como una alternativa terapéutica viable y accesible. Su seguimiento a seis meses permite evaluar la estabilidad de los efectos en el tiempo, lo que fortalece su aplicabilidad en contextos clínicos.
Maisto et al. (2020)	Evaluar la intervención psicológica de tipo TC con respecto a la disminución del malestar psicológico y el uso	Estudio cuantitativo con modelos estadísticos multinivel en 155 adultos en tratamiento ambulatorio,	- No se encontró evidencia de que la AT mejorara significativamente los resultados en la disminución	Las investigaciones proporcionan evidencia relevante sobre el uso de AT en el tratamiento del abuso de

	<p>de drogas en pacientes dependientes.</p>	<p>distribuidos en seis terapeutas y sometidos a 12 sesiones de TCC.</p>	<p>del consumo alcohólico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se utilizó la Escala de la Alianza de Psicoterapia de California (CALPAS) y la Entrevista de Seguimiento de la Línea de Tiempo para medir la AT y el consumo de alcohol, respectivamente.</li> <li>- Los hallazgos cuestionan la efectividad de la AT como mecanismo de cambio dentro de la TCC.</li> </ul>	<p>alcohol, cuestionando su carácter como un mecanismo de cambio dentro de la TCC. Se ha destacado el uso de modelos estadísticos multinivel y herramientas de evaluación validadas para evaluar los resultados de la terapia junto con AT. Sin embargo, la ausencia de datos longitudinales hace imposible comprender cómo se mantienen estos cambios en el comportamiento de consumo a lo largo del tiempo. Se recomienda que futuras investigaciones consideren variables adicionales, como la experiencia del terapeuta y la motivación del paciente, para conseguir una perspectiva más integral de su influencia</p>
--	---	--	---	--

				en la eficacia de la TCC.
Rivera et al. (2023)	Examinar cómo las primeras impresiones de los terapeutas sobre la motivación de los pacientes afectan la relación entre la colaboración terapéutica y los efectos del tratamiento del consumo de alcohol.	Estudio cuantitativo con modelos multinivel en 154 adultos que participaron en 12 semanas de TCC. Se midió la alianza terapéutica y los patrones de consumo tras cada sesión, mientras los terapeutas evaluaban su primera impresión sobre la motivación del paciente.	<p>- Se encontró que, en pacientes con menor motivación percibida, una mayor alianza terapéutica se asoció con un incremento en los días de abstinencia y una reducción en el número de bebidas consumidas.</p> <p>- Los individuos con alta motivación inicial no mostraron variaciones significativas en los resultados en función de la alianza terapéutica.</p>	<p>Se resalta el impacto de la percepción inicial del terapeuta en la efectividad de la TCC, evidenciando que una mayor alianza terapéutica mejora la abstinencia en pacientes con baja motivación.</p> <p>Su valor radica en el uso de modelos multinivel para analizar la conexión entre la motivación percibida, la colaboración terapéutica y las consecuencias en la ingesta de alcohol.</p> <p>No obstante, la subjetividad en la evaluación de la motivación del paciente puede representar una limitación metodológica.</p>
Davis et al. (2023)	Evaluar la influencia en cuanto a los cambios en el	Ensayo clínico aleatorizado con 165 participantes. Se	- Aproximadamente el 50% de los participantes redujo	Se resalta la importancia de los cambios previos al

	<p>consumo de alcohol antes del inicio del tratamiento en los resultados terapéuticos de la TCC.</p>	<p>realizaron evaluaciones pre y post tratamiento y mediciones semanales del consumo de alcohol durante 12 meses.</p>	<p>sus días de consumo excesivo en un 70% o más y los días totales de consumo en un 50% o más antes de iniciar el tratamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los participantes con mayor conciencia del impacto social de su consumo mostraron cambios más significativos.</li> <li>- El estado civil influyó en los cambios previos al tratamiento: los casados, convivientes, separados o divorciados mostraron mayor reducción en el consumo que los solteros.</li> </ul>	<p>tratamiento en la efectividad de la TCC, evidenciando que la conciencia sobre el impacto social del consumo y el estado civil influyen en los resultados.</p> <p>Su valor radica en el seguimiento a 12 meses y el uso de mediciones semanales, lo que mejora la precisión de la evaluación de los cambios de alcohol.</p>
--	--	---	---	---

La literatura revisada sobre la efectividad de la TCC en el consumo problemático de alcohol en América informa resultados positivos tanto para el consumo como para el bienestar psicológico de los pacientes (Barrios et al., 2021; Cazares et al., 2022; Fordham et al., 2021; Washburn et al., 2022). Además, la efectividad de esta intervención está moderada por factores como la duración del tratamiento, la combinación con otras estrategias terapéuticas, el contexto sociocultural y la motivación inicial de los pacientes (Cazares et al., 2022; Davis et al., 2023; Kang y Kim, 2021; Rivera et al., 2023; Washburn et al., 2022). En general, la TCC parece ser una estrategia efectiva destinada para modificar patrones de pensamiento y comportamiento asociados al consumo de alcohol, minimizando así las tasas de recaída y permitiendo un afrontamiento hábil.

Diferentes estudios han señalado la relevancia de combinar la TCC con otras estrategias de remediación para mejorar su efectividad. Por ejemplo, se ha reconocido que incorporar la entrevista motivacional en la TCC mejora la autoeficacia de un paciente para rechazar el consumo de alcohol y corregir algunos conceptos erróneos asociados con la bebida. En este marco, la investigación de Kang y Kim (2021) comunicó que las participantes que se sometieron a una intervención combinada mejoraron significativamente en autopercepción del riesgo del alcoholismo, lo que sugiere que este enfoque podría ser esencial en la rehabilitación de usuarios crónicos del alcohol. A continuación, el metaanálisis de Fordham et al. (2021) confirmó que la TCC actúa, integra y fomenta no sólo la abstinencia a corto plazo, sino que además fomenta la regulación emocional, la toma de decisiones y otras variables significativas en la prevención de recaídas. Aun así, la diversidad de las investigaciones incluidas en este metaanálisis es notable, lo que hace imposible diseñar un modelo de intervención idóneo, lo que nos muestra cómo mucho más se necesita para diseñar metodologías más homogéneas que evalúen la eficacia en grupos poblacionales distintos.

El impacto de la TCC ha sido evaluado en contextos socioculturales variados con resultados disímiles. Washburn et al. (2022) encontraron que la eficacia de la TCC en Latinoamérica depende de la región en la que se implementa y de las estrategias complementarias utilizadas. En especial, la combinación de la TCC con talleres motivacionales se mostró crucial para la regulación emocional, control de impulsos y adherencia a la terapia y sugiere una adaptación en cuanto a la intervención a las características de cada población podría optimizar su eficacia. Aun así, la falta de estandarización en la implementación de la terapia en

las instituciones de tratamiento sigue siendo un límite para mejorar los resultados. Por otra parte, diversas limitaciones metodológicas presentes en los trabajos señalados. Cazares et al. (2022) señalaron que la falta de un grupo control hace difícil establecer relaciones causales robustas sobre los efectos percibidos. Por otra parte, la heterogeneidad en la duración de los tratamientos y la falta de seguimientos a largo plazo impiden evaluar la sostenibilidad de los cambios logrados con la TCC. Esta carencia de seguimiento representa una barrera significativa, ya que la efectividad de las intervenciones terapéuticas no solo debe medirse por la reducción inmediata del consumo de alcohol, sino también por su capacidad a fin de evitar recaídas y optimizar la calidad de vida de los pacientes a largo alcance (Cazares et al., 2022).

Por el contrario, otros estudios han investigado factores individuales y terapéuticos sobre la efectividad de la TCC. Se ha discutido la influencia de la alianza terapéutica en cuanto a una disminución de alcohol. Mientras que Maisto et al. (2020) no encontraron evidencia de que la alianza terapéutica funcionara como un 'mecanismo de cambio' dentro de la TCC, el estudio de Rivera et al. (2023) encontró que una alianza terapéutica más fuerte podría llevar a mejores resultados para pacientes inicialmente desmotivados. Estos resultados sugieren que, aunque la relación paciente-terapeuta no es el factor influyente más poderoso en todos los casos, su mejora puede ser beneficiosa para ciertos perfiles de consumidores. Además, el estudio de Davis et al. (2023) enfatizó la importancia del consumo de alcohol antes del tratamiento al mostrar que los pacientes que consumían menos antes de recibir TCC tendían a tener mejores resultados terapéuticos. Este estudio también encontró que el estado civil afectaba los resultados del tratamiento, con tasas de éxito más altas entre individuos casados o socialmente apoyados.

Para mejorar la aplicación y evaluación de la TCC se recomienda realizar ensayos de control de forma aleatoria que evalúen la eficacia de esta terapia en comparación con otras intervenciones disponibles. Además, también es importante realizar estudios longitudinales que examinen la sostenibilidad de los efectos de la TCC durante un período de tiempo más prolongado. Además, se deben tomar medidas hacia la estandarización de los protocolos de intervención para que sean aplicables en diferentes contextos socioculturales y entre diversos grupos poblacionales. Otra parte importante de la estrategia es considerar enfoques combinados, por ejemplo, combinar la TCC con entrevistas motivacionales o con programas de manejo de contingencias que han mostrado ser prometedores en cuanto a la adherencia al tratamiento y en la disminución de las tasas de recaída.

La revisión de la evidencia demuestra que la TCC es una intervención eficaz tanto para la reducción del consumo de alcohol como para el bienestar psicológico de los pacientes (Barrios et al., 2021; Cazares et al., 2022; Fordham et al., 2021; Washburn et al., 2022). No obstante, su efectividad es multifactorial y esta se relaciona con la utilización de otros enfoques, la personalización de la intervención, así como la duración del tratamiento (Barrios et al., 2021; Cazares et al., 2022; Maisto et al., 2020; Sánchez et al., 2022). Si bien las investigaciones muestran que la TCC es atendida en terapia individual y grupal, aún presenta limitaciones debido a la falta de estandarización de los protocolos y el no seguimiento a largo plazo (Maisto et al., 2020; Rivera et al., 2023). En consecuencia, es imperativo seguir investigando para lograr la optimización de la TCC y buscar que el consumo de alcohol en América tenga un impacto permanente.

**Identificar la influencia en la efectividad de la TCC en el tratamiento de los consumidores de alcohol no ocasionales en América.**

La Tabla 2 resume de forma sistemática estudios que evaluaron la efectividad de la TCC en el tratamiento del consumo de alcohol en América, destacando la influencia de factores contextuales y la integración de intervenciones complementarias para optimizar los resultados terapéuticos.

**Tabla 2**

*Resumen de estudios sobre la efectividad de la TCC en el tratamiento de consumidores de alcohol no ocasionales en América*

Autores	Propósito	Diseño / Muestra	Resultados Principales	Conclusiones
Gómez et al. (2024)	Examinar cómo los factores contextuales, culturales y socioeconómicos influyen en la efectividad de la TCC en consumidores problemáticos de alcohol en América, con énfasis en Colombia.	Estudio cualitativo basado en análisis de casos y revisión de intervenciones previas en el tratamiento del consumo problemático de alcohol realizado entre los años 2022 y 2023, se trabajó con un conjunto de casos clínicos previamente documentados en población adulta de Sudamérica.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La efectividad de la TCC varía según el entorno cultural y socioeconómico del paciente.</li> <li>- Se observó que factores como el acceso a servicios de salud, redes de apoyo y creencias culturales influyen en los resultados terapéuticos.</li> <li>- La adaptación de la TCC a cada contexto mejoró la adherencia y los resultados clínicos.</li> </ul>	<p>Se destaca la importancia de adaptar la TCC a las particularidades socioculturales de Sudamérica para optimizar su impacto en consumidores no ocasionales de alcohol.</p> <p>La variabilidad en los resultados terapéuticos demuestra la necesidad de integrar estrategias flexibles y multidisciplinarias en los tratamientos.</p> <p>Se recomienda continuar investigando cómo los determinantes sociales determinan en la adherencia junto al éxito del tratamiento, promoviendo enfoques más inclusivos y personalizados.</p>
Miller et al. (2023)	Evaluar la efectividad de la CBT-I en veteranos con	Ensayo clínico realizado entre 2019 y 2022 en un hospital del	- La CBT-I redujo significativamente la	Se evidencia la importancia de tratar comorbilidades como el

	trastorno por uso de alcohol y su impacto en la mejora del sueño y la reducción de problemas asociados al consumo.	Veterans Health Administration, con cinco sesiones semanales de CBT-I.	<p>severidad del insomnio y mejoró la eficiencia del sueño.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se observó una disminución en los problemas relacionados con el alcohol, aunque no se encontraron diferencias en la frecuencia del consumo excesivo.</li> <li>- La integración de enfoques cognitivo-conductuales puede influir en los resultados del tratamiento del alcoholismo, pero su impacto en la abstinencia sigue siendo limitado.</li> </ul>	<p>insomnio en pacientes con trastorno por uso de alcohol para mejorar su bienestar general y reducir los efectos negativos del consumo.</p> <p>Aunque los resultados fueron favorables de mejora en el sueño, la falta de impacto para la disminución del consumo excesivo de alcohol sugiere la necesidad de investigar combinaciones más efectivas de tratamientos para optimizar los resultados en esta población. Se recomienda seguir explorando la integración de estrategias terapéuticas en pacientes con múltiples condiciones para lograr un enfoque de tratamiento más completo.</p>
Song & Song	Evaluar la alianza terapéutica como	Estudio experimental con asignación aleatoria. 155 adultos	- La alianza terapéutica no mostró efecto considerable	Se cuestiona el papel de la alianza terapéutica como factor de cambio

(2023)	mecanismo de cambio en la TCC para el tratamiento de la dependencia alcohólica.	en tratamiento ambulatorio individual con 12 sesiones de TCC.	<p>en la disminución del consumo de alcohol.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluaciones mediante la Escala de la Alianza de Psicoterapia de California (CALPAS) y la Entrevista de Seguimiento de la Línea de Tiempo.</li> <li>- Modelos estadísticos multinivel no respaldaron la hipótesis de que la retroalimentación mejoraba los resultados.</li> </ul>	en la efectividad de la TCC para la rehabilitación del alcoholismo. Se recomienda investigar variables adicionales, como la experiencia del terapeuta y la motivación del paciente, que podrían influir en los resultados del tratamiento.
Kranzler (2023)	Analizar el impacto del consumo excesivo en Estados Unidos de alcohol y evaluar la efectividad de la TCC en consumidores no ocasionales.	Estudio epidemiológico con enfoque en el análisis de datos de prevalencia y efectividad de tratamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En EE. UU., el 11% de la población presenta trastorno por consumo de alcohol (AUD); sin embargo, solo el 15% de quienes tienen este diagnóstico han recibido tratamiento.</li> <li>- La TCC se destacó como un tratamiento efectivo,</li> </ul>	La TCC es un método eficaz para tratar el consumo excesivo de alcohol, pero su accesibilidad sigue siendo un problema. Se recomienda desarrollar estrategias para mejorar la adherencia al tratamiento y reducir las barreras de acceso a la TCC en poblaciones vulnerables.

			<p>logrando modificar patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales.</p> <p>- Se evidenció la necesidad de adaptar las intervenciones terapéuticas a los contextos socioculturales para mejorar la efectividad del tratamiento.</p>	
Buenaño (2021)	Examinar la correlación entre los comportamientos adaptativos y el consumo ocasional de alcohol en estudiantes de tercer grado de bachillerato en Ecuador.	Estudio cuantitativo con diseño correlacional. Se aplicaron pruebas psicométricas como el IAC y el test AUDIT, avalado por la OMS.	<p>- Se analizó una muestra de 102 estudiantes de 17 a 18 años en el Colegio 17 de abril.</p> <p>- Más del 50% de los participantes presentaron un nivel reducido de adaptación y un consumo esporádico de alcohol de alto riesgo.</p> <p>- Se identificó una correlación considerable</p>	Se evidenció que los comportamientos adaptativos tienen un impacto en el consumo ocasional de alcohol en adolescentes, resaltando la importancia de intervenciones tempranas. Aunque los talleres propuestos pueden ser efectivos, la falta de un seguimiento a largo plazo impide evaluar su impacto real.

			<p>entre las variables analizadas mediante un análisis de Chi Cuadrado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se propusieron tres talleres para modificar esquemas conductuales y prevenir el consumo problemático de alcohol.</li> </ul>	
Soto et al. (2019)	<p>Evaluar la efectividad de la TCC en la rehabilitación de consumidores ocasionales de alcohol, enfocándose en la reducción de factores biopsicosociales que perpetúan la adicción.</p>	<p>Estudio cualitativo y de campo. Se analizaron cambios en patrones de pensamiento disfuncionales y bienestar emocional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La TCC tuvo un impacto positivo en el control de la ansiedad y la prevención de recaídas.</li> <li>- 72% de los participantes redujeron significativamente su consumo de alcohol.</li> <li>- Más del 65% mejoró su capacidad para manejar el estrés sin recurrir a la bebida.</li> <li>- Se observó una mejora en el bienestar emocional y</li> </ul>	<p>Se confirma la eficacia de la Terapia Cognitivo-Conductual en la disminución del consumo de alcohol y en la optimización del bienestar psicológico de consumidores ocasionales.</p>

			social, facilitando la reinserción de los pacientes.	
Vides (2022)	Evaluar la efectividad de la TCC en consumidores ocasionales de alcohol en la Corporación Renacerá.	Estudio con metodología mixta. Se utilizaron herramientas cuantitativas (cuestionario YSQ-SF) y cualitativas (entrevistas semiestructuradas).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La TCC ayudó a desmontar creencias disfuncionales relacionadas con el consumo de alcohol.</li> <li>- Facilitó modificaciones conductuales que redujeron el riesgo de progresión hacia un consumo problemático.</li> <li>- Se identificaron cambios en la percepción del consumo y en la toma de decisiones respecto al alcohol.</li> </ul>	Este estudio resaltó la efectividad unilateral de la TCC en consumidores de alcohol no regulares, destacando su efectividad en creencias disfuncionales y prevención de problemas.
Magill et al. (2019)	Evaluar la eficacia de la TCC en consumidores ocasionales de alcohol y otras drogas mediante un metaanálisis de ensayos	Metaanálisis de 30 ensayos controlados aleatorizados, con comparación entre la TCC y otros tipos de intervención.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En los primeros 6 meses de seguimiento, mayor efectividad mostrada</li> <li>- No mostró superioridad frente a otras terapias</li> </ul>	El trabajo de investigación ofrece prueba sólida de la eficacia de la TCC en usuarios ocasionales de alcohol y drogas, especialmente en los seis primeros meses de

	controlados aleatorizados.		específicas.	tratamiento. El valor se obtiene del agrupamiento de múltiples ensayos controlados aleatorios, lo que les da validez a las conclusiones.
--	----------------------------	--	--------------	--

Las reseñas de estudios demostraron la eficacia de la TCC ajustada para consumidores de alcohol que muestran uso excesivo en América (Magill et al., 2019; Soto et al., 2019). Aun así, la eficacia de la intervención es variable y se encuentra basada en una serie de factores que abarcan contexto sociocultural, comorbilidad, tipo de intervención y duración del tratamiento (Buenaño, 2021; Gómez et al., 2024; Kranzler, 2023; Song & Song, 2023; Vides, 2022). Por lo general, se informa que la TCC es muy eficaz en la disminución del uso de alcohol, en la modificación de procesos de pensamiento disfuncionales y en la prevención de recaídas (Gonzaga y Rodríguez, 2021; Kranzler, 2023; Soto et al., 2019). Aun así, se argumenta que su eficacia se encuentra mediada con la combinación con otras estrategias terapéuticas y con la respuesta a las necesidades específicas del paciente (Buenaño, 2021; Gómez et al., 2024).

Uno de los aspectos más destacados en la literatura es que la eficacia de la TCC se encuentra condicionada por factores contextuales. Tu integración de Gómez et al. (2024) sugiere que la eficacia del tratamiento es función de las variables socioculturales y económicas que incluyen, aunque no se limitan a, la accesibilidad de servicios de salud, la presencia de un entorno de apoyo y las actitudes y valores culturales. El hallazgo se alinea con el estudio de Kranzler (2023) que enfatizó la necesidad de adaptar la TCC para diferentes poblaciones en América con el fin de mejorar su efectividad. La disparidad en los resultados terapéuticos demuestra claramente que el tratamiento debe ser flexible e interdisciplinario si se quiere maximizar su efectividad dentro de diferentes contextos.

Otro punto notable es la integración de la TCC con otras intervenciones destinadas a resolver comorbilidades relacionadas con el abuso de alcohol. Miller et al. (2023) encontraron que la TCC para el insomnio (TCC-I) mejoró significativamente la calidad del sueño entre veteranos con trastorno por consumo de alcohol, aunque no disminuyó directamente la tasa de consumo excesivo de alcohol. Esto sugiere que abordar problemas como el insomnio puede, al menos en parte, mejorar el bienestar general y la adherencia en la rehabilitación de los pacientes. De manera similar, Soto et al. (2019) observaron que el uso de la TCC aumentó el bienestar emocional y redujo la ansiedad, lo que resultó en una mejor reintegración social de los pacientes.

El cuidado que acompaña a la intervención como componente de un tratamiento en terapia cognitivo-conductual, resulta en su mayoría indefinido. Según la investigación de

Song y Song (2023), la alianza terapéutica pareció no tener un efecto relevante en el uso de alcohol, lo que hace dudar de su utilidad en el cambio conductual durante la terapia. En cambio, Rivera et al. (2023) encontraron que, en las iniciales apreciaciones de los terapeutas sobre la motivación del paciente, observaban el impacto en la conexión de la alianza terapéutica y los resultados del tratamiento. Estos resultados permiten suponer que a pesar de que la alianza terapéutica, por sí misma, no resulta ser una condición suficiente, quizás combinada con otros elementos, como la motivación del paciente o la captura de la terapeuta, puede explicar parte de la varianza del resultado del tratamiento.

Las intervenciones individuales fueron analizadas por Vides (2022) y Sánchez et al. (2022), quienes reportaron que el uso de la TCC sí ayudó a alterar creencias disfuncionales respecto al consumo de alcohol, lo que permitió un cambio de comportamiento. Además, uno de los desafíos continuos para la investigación sobre la TCC son sus resultados a largo plazo y la prevención de recaídas. Magill et al. (2019) informaron que la TCC es muy efectiva durante los primeros seis meses de tratamiento, pero no superó a otras terapias específicas durante el largo plazo. Aparte de su efecto en el consumo de alcohol, algunos estudios señalan su importancia en el bienestar psicológico de los pacientes.

En resumen, los estudios analizados de la efectividad de la TCC en cuanto al tratamiento de consumidores de alcohol no episódicos en América, pero también señalan la necesidad de personalizar las intervenciones a las características individuales de los pacientes y su entorno. Si la TCC ha sido efectiva en la disminución del consumo de alcohol y el cambio de los patrones de comportamiento disfuncionales, su contribución a la prevención de recaídas y la sostenibilidad de los efectos a lo largo del tiempo sigue siendo un trabajo en progreso. Se sugiere que futuras investigaciones empleen enfoques sistemáticos para medir la efectividad de la TCC entre diferentes poblaciones y contextos socioculturales y también busquen enfoques complementarios que mejoren la adherencia al tratamiento y minimicen las tasas de recaída.

### **Técnicas de la TCC en el tratamiento de consumidores y no consumidores de alcohol**

A través del estudio realizado por Kranzler (2023), se evidencia que la reestructuración cognitiva en el tratamiento del consumo de alcohol se ha implementado en programas de 8 a 12 semanas de duración, con sesiones semanales de 60 a 90 minutos. Durante estas sesiones, los pacientes identificaban pensamientos automáticos negativos relacionados con el consumo

y los reemplazaban con creencias más adaptativas, utilizando técnicas como el cuestionamiento socrático, registros de pensamientos y ejercicios de reestructuración cognitiva. Además, se empleaban herramientas como diarios cognitivos y análisis de situaciones de alto riesgo para que los participantes reconocieran y desafiaran sus distorsiones cognitivas en contextos reales. Wilkerson et al. (2024) ampliaron esta evidencia al evaluar la efectividad de la reestructuración cognitiva dentro de la terapia cognitivo-conductual digital (CBT), en la que se implementaron módulos interactivos a lo largo de 10 semanas, con sesiones en línea que incluían ejercicios guiados, autoevaluaciones antes y después de cada módulo, inteligencia artificial para personalizar el contenido y chats en vivo con terapeutas para reforzar el aprendizaje.

Otra técnica clave ha sido la prevención de recaídas, la cual se centra en identificar desencadenantes y desarrollar estrategias para evitarlos. En el estudio de Fordham et al. (2021), los participantes asistieron a sesiones grupales de 90 minutos durante un período de 12 a 16 semanas. Estas sesiones incluyeron entrenamiento en el reconocimiento de señales de riesgo, desarrollo de planes de afrontamiento y exposición controlada a situaciones de alto riesgo mediante ejercicios de role-playing. La metodología utilizada combinó técnicas de retroalimentación grupal, dramatización de situaciones de recaída y análisis de casos, lo que permitió a los participantes practicar estrategias de afrontamiento en un entorno seguro antes de enfrentarlas en la vida real. Kuhlemeier et al. (2021) subraya que la efectividad de esta técnica depende de la dosis del tratamiento, es decir, del número total de sesiones y la intensidad de la intervención, así como de la personalización de las estrategias según las características individuales del paciente. En su estudio, los pacientes fueron evaluados mediante escalas de autoeficacia para medir su progreso en la aplicación de estrategias preventivas, y se aplicaron encuestas entre 3 y 6 meses después a la intervención para la evaluación de la sostenibilidad de los cambios generados.

El entrenamiento en habilidades de afrontamiento ha demostrado ser una estrategia efectiva dentro de la TCC para reducir el consumo problemático de alcohol. En este sentido, Soto et al. (2019) y Vides (2022) analizaron programas en los cuales los pacientes participaron en sesiones semanales de 60 minutos durante 10 semanas. Durante estas sesiones, se aplicaron técnicas como la respiración diafragmática, la relajación muscular progresiva y la resolución de problemas, con la finalidad de alcanzar un objetivo específico, de manejar el estrés sin recurrir al alcohol. Además, se aplicaron ejercicios prácticos y seguimiento personalizado para

evaluar la aplicación de las estrategias en la vida cotidiana de los participantes (Vides, 2022). Asimismo, se utilizaban dinámicas de exposición controlada a situaciones de riesgo y role-playing para fortalecer la capacidad de afrontamiento en escenarios reales, asegurando que los pacientes pudieran responder adecuadamente ante factores desencadenantes. Por otro lado, se enfatiza que la combinación de la TCC con la entrevista motivacional (MI-CBT) en múltiples sesiones presenciales logrando ser efectivas para la reducción del trastorno por consumo de alcohol (Tan et al., 2023).

La psicoeducación sobre el alcohol ha sido utilizada como una estrategia de prevención, especialmente en poblaciones adolescentes. En este contexto, Buenaño (2021) reportó el éxito de programas escolares con una duración de 10 semanas, en los cuales los estudiantes asistían a sesiones estructuradas de 45 minutos. Durante estas sesiones, se les proporcionaba información detallada sobre los efectos negativos del alcohol mediante materiales didácticos, videos educativos y testimonios de exconsumidores. Además, estas sesiones incluían discusiones guiadas donde los participantes analizaban casos reales y reflexionaban sobre el impacto del consumo en su vida personal y académica, promoviendo la toma de decisiones responsables. Por otro lado, Wilkerson et al. (2024) evaluaron la efectividad de módulos psicoeducativos digitales interactivos diseñados para complementar los enfoques tradicionales. A través de estas plataformas digitales, los adolescentes participaban en simulaciones, respondían cuestionarios de autoevaluación sobre su percepción del consumo de alcohol y recibían retroalimentación personalizada basada en sus respuestas.

En el estudio de Cazares et al. (2022), los participantes asistieron a sesiones individuales de 75 minutos durante 12 semanas, en las cuales se implementaron ejercicios estructurados de autoobservación, en los que los pacientes registraban sus pensamientos y emociones en situaciones de riesgo de consumo. Además, se aplicaron estrategias de control de respuesta, incluyendo técnicas de detención del pensamiento y reformulación cognitiva, con el propósito de fortalecer el autocontrol ante impulsos de consumo. Además, se les dio entrenamiento en la toma de decisiones, en el que se utilizaron simulaciones y ejercicios de role-playing para reforzar la habilidad de evaluar consecuencias antes de actuar. A través de estas técnicas, se logró que mejoraran en la capacidad de abstenerse del alcohol bajo presión social. Por lo tanto, Tan et al. (2023) sugiere que la integración de la TCC con estrategias de regulación emocional y afrontamiento podría ser una de las intervenciones más eficaces para prevenir el consumo problemático de alcohol. En este enfoque, se incluyeron sesiones de

práctica guiada en la identificación y regulación de emociones que desencadenan el consumo, además de ejercicios de afrontamiento basados en la exposición gradual a situaciones de riesgo.

En cuanto a la prevención, Sánchez et al. (2022) implementó programas grupales para adolescentes en riesgo con sesiones presenciales de 90 minutos de duración durante 10 semanas. En las sesiones, los participantes analizaban las consecuencias del alcohol mediante dinámicas de debate y casos de estudio en los que debían identificar los riesgos del abuso de sustancias. También se implementaban estrategias de prevención basadas en escenarios hipotéticos, donde trabajaban en equipo para desarrollar planes de acción frente a la presión social y mejorar así su capacidad para tomar decisiones saludables. Las sesiones incluían además ejercicios de role-playing y simulaciones interactivas con el objetivo de fortalecer sus habilidades de afrontamiento ante entornos de riesgo. Estos programas contenían sesiones estructuradas con videos educativos que explicaban los efectos del alcohol en el cerebro y el comportamiento, ejercicios de reflexión escrita donde los participantes registraban sus pensamientos y actitudes frente al consumo, y cuestionarios interactivos diseñados para evaluar su nivel de riesgo y reforzar su aprendizaje.

## **Conclusiones**

El uso de la TCC ha producido resultados positivos en el tratamiento de personas con problemas de consumo frecuente de alcohol en América, sobre todo en relación con el uso que tienen de su motivación hacia la terapia, al cambiar sus creencias en el uso y reforzar la autoeficacia para su rechazo. Diferentes investigaciones han demostrado que la TCC aborda aspectos tanto internos (estructuras de pensamiento disfuncionales y control de impulsos) como externos (aspectos sociales y ambientales que producen la enfermedad) y, además, consigue reducir el consumo de alcohol cognitivo conductual en el corto y largo plazo. También respecto a otros elementos como la duración del tratamiento, el uso de otras modalidades terapéuticas y la inclusión de características socioculturales particulares. La combinación de TCC con la entrevista motivacional y/o métodos de reforzamiento ha mostrado aumentar la autoeficacia y disminuir la tasa de recaídas, sobre todo en personas con bajo grado de motivación a iniciar el tratamiento. En el caso de Latinoamérica, el uso de la TCC ha sido más eficaz cuando se incorporaron técnicas de manejo de situaciones de riesgo

y técnicas de manejo, lo que ha permitido a los pacientes conocer sus causas y aprender a evitar recaídas. Su eficacia está probada en pacientes con comorbilidades como trastornos de personalidad o dolor crónico, donde ha facilitado la regulación de emociones y la reducción de la dependencia de síntomas. Sin embargo, la alianza terapéutica no parece ser un factor determinante en el éxito del tratamiento, lo que lleva a los autores a postular que variables como la motivación inicial del paciente y los cambios en el uso de sustancias antes de la intervención pueden ser más importantes. Además, aunque la TCC ha sido más efectiva que ningún tratamiento o tratamiento mínimo, en algunos casos, no ha sido en otros enfoques terapéuticos específicos, lo que enfatiza la necesidad de crear modelos personalizados teniendo en cuenta la gravedad del uso de sustancias, el entorno social del paciente y la disposición del paciente a cambiar.

Una revisión del uso de la TCC en Estados Unidos con consumidores no ocasionales de alcohol muestra que su uso es eficaz en el cambio de patrones disfuncionales de pensamiento y comportamiento asociados con el consumo problemático de alcohol. No obstante, la intervención sigue siendo efectiva en algunos casos, aunque en muchos de ella es impotente debido al contexto sociocultural, existencia de trastornos comórbidos, calidad de la alianza terapéutica y adherencia al tratamiento. Los autores revisados indican que la TCC, diseñada para ajustarse a las especificidades socioculturales y económicas de cada país, tiene mejores resultados. Una gran pobreza y no acceso a servicios de salud mental afecta la efectividad de la TCC al aumentar la dificultad en la adherencia al tratamiento. También, la TCC, al ser administrada con otros métodos, como el tratamiento del insomnio en alcohólicos, mejora la calidad del sueño y algunos problemas sobre la adicción, pero no en la frecuencia del consumo excesivo.

Las técnicas de la TCC han sido muy eficaces en la disminución y prevención del alcoholismo en Estados Unidos. Estimo que la reestructuración cognitiva, la prevención de recaídas, el entrenamiento en habilidades de afrontamiento y el control de estímulos son una estrategia fundamental en la rehabilitación de abusadores de sustancias problemáticas. Por otra parte, en la labor preventiva, la psicoeducación, el entrenamiento en autorregulación y la resolución de problemas han incidido en la disminución del uso de sustancias en poblaciones en riesgo. La reducción del consumo de drogas y alcohol ha colocado a la TCC Digital como una técnica que, dada su fácil accesibilidad, se ha hecho popular y cuya eficacia está bien documentada. A pesar de la evidencia relativa a la eficacia de la TCC en el trastorno

por consumo de alcohol, este trabajo tiene limitaciones. La heterogeneidad metodológica y las diferencias entre las poblaciones complican la generalización de las conclusiones. Por último, la carencia de estudios longitudinales elimina la posibilidad de valorar la sostenibilidad de los efectos y el papel de la prevención de recaídas. También se abre una brecha en los estudios sobre la incidencia de factores socioculturales y socioeconómicos en la respuesta a la intervención, lo que marca la necesidad de enfoques contextualizados.

## Bibliografía

- Ahumada, J., Gámez, M., & Valdez, C. (2017). El consumo de alcohol como problema de salud pública. *Ra Ximhai*, 13(2), 13-24.  
<https://www.redalyc.org/pdf/461/46154510001.pdf>
- Ayala, A. (2021). *Propuesta de intervención para la disminución del consumo De alcohol en adultos jóvenes indígenas Awa*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador [tesis de master]. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/0aef51b7-9f8a-429b-9849-6062a4a9ca11/content>.
- Barrios, V., Cesan, M., Cieplicki, N., & Rosales, M. (2021). Una revisión sobre la eficacia del tratamiento cognitivo conductual para el abordaje de la comorbilidad de dolor crónico y el consumo problemático de sustancias. . *NeuroTarget*, 15(3), 36-44.  
<https://doi.org/10.47924/neurotarget20217>
- Buenaño, T. (2021). Las conductas adaptativas y su influencia en el consumo de alcohol de los estudiantes de tercero año de bachillerato del Colegio 17 de Abril del cantón Quero. *Psicólogo General*. Universidad Tecnológica Indoamérica.  
<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2601/1/BUENA%c3%91O%20ROSERO%20TANNIA%20PAOLA.pdf>
- Castillo, L. (2024). *Programa de Prevención de Recaídas para alcohólicos en abstinencia*. Universidad de Zaragoza [Tesis de grado]. <https://zagan.unizar.es/record/146354#>.
- Cazares, R., Silva, L., García, F., Flores, A., & Saucedo, I. (2022). Programa de intervención cognitivoconductual en jóvenes con problemas por abuso de drogas. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 25(2), 568-588.  
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/8292>
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). (2021). *El consumo de alcohol y su salud*. <https://www.cdc.gov/alcohol/hojas-informativas/consumo-alcohol-salud.html>
- Davis, J., Gius, B., Crane, C., Maisto, S., & Schlauch, R. (2023). Cambios en el consumo de alcohol antes del tratamiento: implicaciones teóricas y metodológicas para la investigación de los resultados del tratamiento del trastorno por consumo de alcohol. . *Alcohol*, 47(7), 1406-1420 . <https://doi.org/10.1111/acer.15120> .
- Fernandez, L. (2024). Consumo de sustancias: perspectiva cognitivo conductual y entrevista

- motivacional. In <https://www.aacademica.org/000-048/3.pdf> (Ed.), *XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores*.
- Fordham, B. S., Howick, J., Copsey, B., Lee, H., Kaidesoja, H., Kirtley, M., & Hopewell, S. (2021). The evidence for cognitive behavioural therapy in any condition, population or context: a meta-review of systematic reviews and panoramic meta-analysis. . *Psychological Medicine, Cambridge University Press*.  
<https://doi.org/10.1017/S003329172100249X>
- Giménez, L. (2024). *Programa integral de tratamiento Cognitivo-conductual para Adolescentes de entre 12 y 16 años con Trastorno del espectro alcohólico Fetal en aras de evitar un futuro Contacto con el sistema de justicia Penal*. Universidad Autónoma de Barcelona [Tesis de grado].  
[https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2024/296660/TFG\\_atejerofernandez.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2024/296660/TFG_atejerofernandez.pdf).
- Gomez, G., Sandoval, J., & García, A. (2024). Revisión de tema sobre avances en el tratamiento del trastorno por abuso de sustancias: Aporte de la educación en salud al enfoque multidisciplinario. (2024). *Salutem Scientia Spiritus. Salutem Scientia Spiritus, 10(2)*, 67-77.  
<http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/view/1426>
- Gómez, M. (2024). *Prevención de Recaídas en paciente post tratamiento de alcohol: un estudio de caso único*. Universitas Miguel Hernández [Tesis de master].  
<https://dspace.umh.es/bitstream/11000/33989/1/GOMEZ%20MARTINEZ%20TFM.pdf>.
- INEC. (2018). *Más de 900 mil ecuatorianos consumen alcohol*.  
<https://www.ecuadorencifras.gob.ec/mas-de-900-mil-ecuatorianos-consumen-alcohol/>
- Kang, K., & Kim, S. (2021). The efficacy of motivational interviewing with cognitive behavioral treatment on behavior changes in heavy drinkers. . *Sustainability, 13(1)*.  
<https://doi.org/10.3390/su13031338>
- Kranzler, H. (2023). Descripción general del trastorno por consumo de alcohol. . *The American journal of psychiatry, 180(8)*, 565-572.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20230488>
- Kuhlemeier, A., Desai, Y., Tonigan, A., Witkiewitz, K., Jaki, T., Hsiao, Y. Y., Chang, C., &

- Van Horn, M. L. (2021). Applying methods for personalized medicine to the treatment of alcohol use disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89 4(4), 288–300. <https://doi.org/10.1037/CCP0000634>
- Magill, M., Kiluk, B., & Ray, L. (2023). Efficacy of cognitive behavioral therapy for alcohol and other drug use disorders: is a one-size-fits-all approach appropriate?. *Substance Abuse and Rehabilitation*, 1-11.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2147/SAR.S362864>
- Magill, M., Ray, L., Kiluk, B., & Hoadley, A. (2019). Un metanálisis de la terapia cognitivo-conductual para los trastornos por consumo de alcohol u otras drogas: eficacia del tratamiento según la condición de contraste. *J Consult Clin Psychol*, 12(7), 1093-1205. <https://doi.org/10.1037/ccp0000447>
- Maisto, S., Schlauch, R., Connors, G., Dearing, R., & O'hern, K. (2020). Los efectos de la retroalimentación del terapeuta en la alianza terapéutica y los resultados del consumo de alcohol en el tratamiento ambulatorio del trastorno por consumo de alcohol. *Alcoholismo, investigación clínica y experimental* . <https://doi.org/10.1111/acer.14297>
- Medina, A. (2022). *Efectividad de las intervenciones psicológicas en la prevención del alcoholismo en la adolescencia*. Universidad Nacional del Chimborazo [Tesis de grado]. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8908/1/7.->  
Medina%20Ramón%2c%20Anderson%20%282022%29%20Efectividad%20de%20la%20intervenciones%20psicológicas%20en%20la%20prevención%20del%20alcoholismo%20en%20la%20adolescencia%20%28Tesis%20de%20pregrado%29%20Uni.
- Miller, M., Carpenter, R., & Freeman, L. (2023). Efecto de la terapia cognitivo-conductual para el insomnio en los resultados del tratamiento de estadounidenses: un ensayo clínico aleatorizado. *JAMA psychiatry* .  
<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.1971>
- Morrison, J. (2015). *DSM-5® Guía para el diagnóstico clínico*. Editorial El Manual Moderno.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=FSsjCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=DSM-5&ots=UgYnj\\_Ry2h&sig=yOQB9f68oyR1NjuTF9ddAm3uZRU#v=onepage&q=DSM-5&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=FSsjCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=DSM-5&ots=UgYnj_Ry2h&sig=yOQB9f68oyR1NjuTF9ddAm3uZRU#v=onepage&q=DSM-5&f=false)
- Pérez, N. (2023). *Propuesta de intervención basada en la Terapia Cognitivo Conductual y*

- Prevención de Recaídas para pacientes con Trastorno Límite de la Personalidad y Trastorno por Consumo de Alcohol.* Universitas Miguel Hernández [Tesis de grado]. <https://dspace.umh.es/bitstream/11000/32660/1/TFG%205%20%282%29.pdf>.
- Rivera, A., Maisto, S., Connors, G., & Schlauch, R. (2023). La primera impresión de los terapeutas sobre la motivación para el tratamiento modera la relación entre la alianza terapéutica calificada por el cliente y los resultados del consumo de alcohol durante el tratamiento. *Alcoholismo, investigación clínica y experimental*. <https://doi.org/10.1111/acer.15040>
- Rueda, F., Valladolid, G., & Robles, J. (2021). *Guía de intervención clínica para el manejo del trastorno por uso de alcohol.* Universidad Miguel Hernández. <https://docta.ucm.es/entities/publication/8c18efa5-ae6-485d-b1c5-9c82c4061f1b>
- Sánchez, E., Tomás, V., Olmo, R., Molina, N., & Morales, E. (2022). Terapia cognitivo-conductual breve en un grupo de dependientes a drogas. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*(81), 21-29.
- Serna, J. (2024). *Estudio de caso de una mujer consumidora de alcohol que acude a un centro de salud mental comunitario.* Universidad Cayetano Heredia [ Tesis de especialización]. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/16108>.
- Song, M., & Song, Y. (2023). The effect of shared decision-making by mental health nurses on medication adherence in patients with alcohol use disorders: provider-patient communication pathway model. *Journal of Health Communication*, 28(11), 777-788. <https://doi.org/10.1080/10810730.2023.2268561>
- Soto, R., Allauca, V., & Allauca, K. (2019). Terapia cognitiva-conductual para rehabilitación-reinserción social del adicto y minimización de factores biopsicosociales. *Dominio de las Ciencias*, 3(2), 752-769. <https://doi.org/10.23857/dom.cien.pocaip.2017.3.2.esp.752-769>
- Tan, C. J., Shufelt, T., Behan, E., Chantara, J., Koomsri, C., Gordon, A. J., Chaiyakunapruk, N., & Dhipayom, T. (2023). Comparative effectiveness of psychosocial interventions in adults with harmful use of alcohol: A systematic review and network meta-analysis. *Addiction*, 118(8), 1414–1429. <https://doi.org/10.1111/ADD.16187>
- Vides, J. (2022). *Efectividad de la terapia cognitiva-conductual en pacientes on adicción a sustancias psicoactivas en la Corporación Renacerá (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).*

<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/17740>

Washburn, J., Teachman, B., Davison, G., Gaudiano, B., & Hollon, S. (2022). Toward a Science of Clinical Psychology. *Archives of Scientific Psychology*.

[https://doi.org/10.1007/978-3-031-14332-8\\_21](https://doi.org/10.1007/978-3-031-14332-8_21)

Wilkerson, D. A., Wolfe-Taylor, S. N., Miller, B. L., & Lipsey, A. D. (2024). Digital cognitive-behavioral therapy for substance use: systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/00952990.2024.2400934>



Universidad  
Católica  
de Cuenca

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

**Yamiled Ximena Celi Palacio** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **1150981379**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Eficacia de la terapia cognitivo conductual en consumidores de alcohol en América”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **10 de abril de 2025**

F: 

**Yamiled Ximena Celi Palacio**

**C.I.1150981379**