La presente nota informativa “¿Cómo funciona?” fue elaborada por el Latin America and Caribbean Unit del Jill Dando Institute (JDI) de University College London. Esta nota se basa en gran medida en la narrativa preparada por el JDI para el UK College of Policing Crime Reduction Toolkit <https://whatworks.college.police.uk/toolkit/pages/Toolkit.aspx>

**¿Cómo funciona?: Terapia Cognitivo-Conductual (TCC)**

**1. Resumen**

En general, la evidencia sugiere que la terapia cognitivo-conductual (TCC) reduce el delito. Se observaron reducciones específicas y significativas en la reincidencia -ya sea general o violenta- en adultos, jóvenes y participantes de distintos grupos étnicos. La TCC tiene como objetivo alterar la forma en que los delincuentes entienden la violencia construyendo habilidades cognitivas, aumentando la empatía hacia la víctima y desafiando actitudes inmaduras frente al delito. Los resultados sugieren que la TCC es efectiva en grupos de delincuentes de alto riesgo y de riesgo mixto.

Los programas que resultaron en mayores reducciones en la reincidencia fueron caracterizados por más sesiones semanales, más horas de tratamiento, implementación de alta calidad, e incluyeron elementos programáticos en torno a habilidades de manejo de ira y resolución de problemas interpersonales.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Terapia Cognitivo-Conductual (TCC)** | | | | |
| **Impacto** | **Cómo funciona** | **Dónde funciona** | **Cómo hacerlo** | **Costo** |
| Existe evidencia de alta calidad que sugiere una reducción del delito. | Alta calidad. | Calidad moderada. | Alta calidad. | No hay información. |

**2. ¿Qué es la Terapia Cognitivo-Conductual?**

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) para delincuentes apunta al “pensamiento delictual” como un factor contribuyente a la conducta criminal. Asumiendo que este “pensamiento delictual” es un déficit cognitivo que ha sido aprendido, la TCC se enfoca en enseñarle al criminal a entender los procesos de pensamiento y las decisiones que preceden a la conducta criminal.

Los programas de TCC tienen como objetivo el construir habilidades cognitivas y reestructurar el pensamiento sesgado o distorsionado. La TCC puede incluir entrenamiento de habilidades cognitivas, manejo de la ira, desarrollo moral y prevención de recaídas.

La TCC puede administrarse en entornos penitenciarios o comunitarios y puede ser utilizada con adultos y jóvenes.

**3. Impacto**

En general, la evidencia sugiere que la TCC reduce el delito.

Estudios sugieren la reducción de reincidencia del 25% entre participantes que recibieron TCC en comparación con participantes que no lo hicieron.

Investigaciones en torno a la TCC han puesto a prueba la relación entre diferentes elementos de tratamiento dentro de programas de TCC y niveles de reincidencia de sus participantes. Se encontró que los elementos de tratamiento asociados a niveles significativamente menores de reincidencia fueron la restructuración cognitiva (un proceso de aprendizaje que guía a los criminales a entender su conducta como resultado directo de una toma de decisiones consciente), el manejo de la ira y la atención individual prestada a los participantes afuera de las sesiones grupales.

**4. Cómo funciona**

Se considera que la TCC funciona ayudando a construir habilidades cognitivas y restructurando el pensamiento del criminal. La TCC se basa en la suposición que los déficits cognitivos y la distorsión características de los delincuentes son aprendidas en lugar de ser inherentes. La TCC, por ende, pone un énfasis en desarrollar la responsabilidad individual, e intenta enseñar al criminal a entender mejor sus propios procesos de pensamiento y las decisiones que se piensa son tomadas específicamente en el momento anterior a la conducta delictual. Las intervenciones cognitivo-conductuales emplean un conjunto de técnicas estructuradas que apuntan a la construcción de habilidades cognitivas en áreas deficitarias del delincuente y a la restructuración de su pensamiento cuando se encuentre sesgado o distorsionado. Estas técnicas usualmente incluyen entrenamiento en habilidades cognitivas, manejo de la ira y varios componentes complementarios asociados a habilidades sociales, desarrollo moral y prevención de recaídas. La prevención de recaídas se ha vuelto cada vez más popular – ésta apunta a desarrollar estrategias cognitivas de gestión de riesgos junto con un conjunto de “contratos conductuales” para evitar o reducir la intensidad de precursores de la conducta criminal (e.g., situaciones de alto riesgo, lugares, círculos sociales o respuestas de adaptación inadecuadas).

**5. Dónde funciona**

​La evidencia de la investigación indica que los resultados de la TCC pueden diferir de acuerdo con un numero de factores:

* Tipo de criminal: la evidencia sugiere que la TCC funciona significativamente mejor para participantes de alto riesgo.
* Intensidad y duración del programa: los programas de TCC con más sesiones semanales y más horas de tratamiento mostraron índices de reincidencia significativamente menores. Los programas de TCC con implementaciones de mejor calidad también experimentaron índices de reincidencia significativamente menores.

Adicionalmente, estudios en torno al impacto de la TCC no encontraron diferencias significativas en los índices de reincidencia de adultos o jóvenes que recibieron este tipo de intervención. Tampoco se encontraron diferencias significativas del impacto de la intervención en distintos grupos étnicos.

**6. Cómo hacerlo**

Varios estudios han examinado cómo implementar programas de TCC de manera efectiva. En un estudio con criminales de alto riesgo como participantes, el programa de TCC constó de la realización de dos sesiones semanales durante 16 semanas. El programa incluyó el desarrollo de técnicas del manejo de la ira y componentes de resolución de conflictos interpersonales. El estudio concluyó que los programas de TCC más efectivos incluyeron un monitoreo cercano a la calidad y fidelidad hacia la implementación del tratamiento, y capacitación adecuada para los prestadores del servicio. Esto también ayudó a minimizar el número de participantes que abandonaron el proyecto.

Otro estudio se enfocó en jóvenes en tratamiento de rehabilitación social que exhibían comportamiento antisocial. El estudio notó que los programas de rehabilitación social pueden tener dificultades para mantener y generalizar cambios conductuales si la familia o el entorno escolar no pueden ser directamente incluidos en los programas de tratamiento. Para que la TCC sea efectiva es importante que el tratamiento incluya la oportunidad de practicar habilidades nuevas en los entornos donde ocurren naturalmente, es decir, en la vida diaria. Por lo tanto, no está claro si se pueden obtener efectos sostenibles del tratamiento en un contexto donde la persona haya sido puesta en contra de su voluntad y donde existe un contacto muy limitado con su entorno usual.

**7. Costo**

A la fecha, no existe evidencia detallada respecto al costo-beneficio de este tipo de intervención.

**8. Recursos**

Lipsey, M.W., Landenberger, N.A. and Wilson, S.J. (2007) 'Effects of cognitive-behavioural programs for criminal offenders', Campbell Systematic Reviews 2007:6, DOI: 10.4073/csr.2007.6

Henwood, K.S., Chou, S., Browne, K.D. (2015) A systematic review and meta-analysis on the effectiveness of CBT informed anger management, Aggression and Violent Behavior 25, 280–292.

Armelius, B.Å. and Andreassen, T.H. (2007) 'Cognitive-behavioral treatment for antisocial behavior in youth in residential treatment', Cochrane Database of Systematic Reviews 2007, Issue 4. Art. No.: CD005650. DOI: 10.1002/14651858.CD005650.pub2.

Usher, A. M. and Stewart, L. A. (2014) 'Effectiveness of Correctional Programs with Ethnically Diverse Offenders: A Meta- Analytic Study', International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, Vol 58(2) 209–230

25 de marzo de 2020

Preparado por Spencer Chainey, Gonzalo Croci, y Jonathan Litvak.