



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

### INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON BIBLIOTERAPIA PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA EN NIÑOS DE PADRES DIVORCIADOS

Dayanny Fernández Romero<sup>1</sup>, Yonexy González Hechavarría<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Especialista en Sistemas de Información en Salud. Hospital Universitario Manuel Ascunce Domenech, Camagüey, Cuba. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6859-9688>.

<sup>2</sup>Psicóloga. Policlínico Docente Comunitario Este, Camagüey, Cuba. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5834-8168>.

**Correo por correspondencia:** dayifr27@gmail.com

#### Resumen:

**Introducción:** el divorcio parental afecta la autoestima infantil, con consecuencias en el desarrollo psicosocial. La biblioterapia, uso guiado de la literatura con fines terapéuticos, constituye una innovación formativa desde las humanidades médicas. **Metodología:** estudio preexperimental con diseño pretest-postest de un solo grupo en 20 niños de 8 a 10 años, hijos de padres divorciados, atendidos en un policlínico de Camagüey. Se aplicó el test de Rosenberg adaptado antes y después de 10 talleres semanales de biblioterapia (90 minutos) utilizando literatura infantil cubana. El análisis incluyó estadística descriptiva y prueba de Wilcoxon (SPSS v27,  $p < 0,05$ ). **Resultados:** en el pretest, 16 niños (80%) presentaron autoestima baja y 4 (20%) media; ningún niño autoestima alta. En el postest, 14 niños (70%) alcanzaron autoestima alta, 6 (30%) media y ninguno permaneció con autoestima baja ( $p < 0,001$ ). **Conclusión:** la intervención educativa con biblioterapia fue efectiva para elevar la autoestima. Se demuestra cómo una investigación de posgrado (tesis de maestría) puede innovar la práctica psicológica en atención primaria, siendo replicable en otros contextos.

**Palabras clave:** biblioterapia, autoestima, divorcio, niño, investigación aplicada, posgrado.



# “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

## Introducción

El divorcio es un fenómeno social en aumento en Cuba y en el mundo. Más allá de sus implicaciones legales y económicas, representa un evento estresor significativo para los hijos, quienes pueden experimentar sentimientos de culpa, abandono, tristeza, confusión y una disminución notable de la autoestima<sup>1</sup>.

La autoestima infantil, definida como la valoración global que el niño hace de sí mismo, constituye un pilar fundamental del desarrollo psicosocial. Su afectación temprana se relaciona con dificultades emocionales en la adolescencia y adultez, incluyendo depresión, ansiedad y problemas de conducta<sup>2</sup>. En Cuba, el sistema de salud prioriza la atención primaria como escenario para el acompañamiento psicológico a familias en situación de divorcio, a través de las consultas de psicología en policlínicos. Sin embargo, las intervenciones suelen limitarse a la terapia individual o familiar tradicional, con un uso insuficiente de recursos provenientes de las humanidades médicas y la promoción de lectura<sup>3</sup>.

La biblioterapia, entendida como el uso guiado de la literatura con fines terapéuticos, ha mostrado resultados prometedores en niños con duelo, ansiedad, problemas de conducta y baja autoestima<sup>4,5</sup>. Una revisión sistemática reciente confirma que la biblioterapia puede reducir los efectos de experiencias adversas en la infancia, incluyendo la ansiedad y el duelo, y mejorar la competencia emocional. Sus mecanismos de acción incluyen la identificación con personajes, la catarsis emocional y el aprendizaje vicario, lo que permite a los niños elaborar sus vivencias de manera indirecta y segura. A pesar de estas evidencias, su aplicación específica en hijos de padres divorciados en Cuba es aún incipiente<sup>6</sup>.

El alcance de este estudio se limita a una población de niños de 8 a 10 años de un policlínico urbano de Camagüey. Entre las limitaciones reconocidas están la ausencia de grupo control, el tamaño muestral reducido y la falta de seguimiento longitudinal; no obstante, los resultados aportan una innovación metodológica con impacto directo en la práctica profesional de la psicología infantil.



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

El objetivo general fue evaluar el efecto de una intervención educativa basada en talleres de biblioterapia para fortalecer la autoestima en niños de 8 a 10 años hijos de padres divorciados atendidos en el Policlínico Docente Comunitario Este de Camagüey.

### **Metodología**

Se realizó un estudio preexperimental con diseño pretest-postest de un solo grupo (medición antes y después de la intervención sin grupo control) en el período comprendido entre enero a diciembre de 2024. Este diseño fue seleccionado por su factibilidad en el contexto de la atención primaria de salud y por permitir evaluar cambios intra-sujeto en una intervención educativa grupal, aunque con las limitaciones inherentes a la ausencia de grupo control.

**Población y muestra:** El universo estuvo constituido por 20 niños de 8 a 10 años, hijos de padres divorciados, atendidos en la consulta de psicología del Policlínico Docente Comunitario Este de Camagüey que cumplieron con los criterios de selección y otorgaron el consentimiento informado. Se trabajó con la totalidad del universo por ser un número manejable y para evitar sesgos de selección.

**Criterios de inclusión:**

- Edad entre 8 y 10 años (etapa escolar primaria, donde se consolida el autoconcepto).
- Hijos de padres divorciados con un tiempo post divorcio  $\geq 6$  meses (para evitar el impacto agudo inmediato).
- Ausencia de trastorno del desarrollo o psicopatología grave que impidiera la participación grupal (evaluado por la psicóloga del área).
- Consentimiento informado firmado por al menos uno de los progenitores.
- Asentimiento verbal del niño.

**Criterios de exclusión:**

- Niños en tratamiento psicológico o farmacológico concurrente por otra condición.
- Negativa del niño a participar (asentimiento no otorgado).



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

Criterio de eliminación (salida):

· Reconciliación de los padres durante el período de intervención (por cuanto cambia la situación familiar de divorcio activo).

La muestra quedó constituida por 20 niños (10 niñas y 10 niños), seleccionados mediante un muestreo no probabilístico intencional, garantizando la representatividad de ambos sexos.

Instrumento: Se aplicó el test de Rosenberg adaptado para niños de 8 a 10 años, previamente validado en población cubana<sup>2</sup>. Este instrumento consta de 10 ítems con escala Likert de cuatro puntos (1=muy de acuerdo; 4=muy en desacuerdo). Los ítems se presentan con enunciados positivos y negativos para evitar sesgos de respuesta. Los puntajes se interpretaron de la siguiente manera:  $\leq 15$  puntos = autoestima baja; 16–25 puntos = autoestima media;  $\geq 26$  puntos = autoestima alta. El test fue aplicado en dos momentos: antes del inicio de la intervención (pretest) y al finalizar la misma (postest), siempre por la misma psicóloga entrenada y en condiciones ambientales similares (consultorio privado, sin presencia de los padres).

Intervención: Se diseñó e implementó una intervención educativa basada en 10 talleres de biblioterapia de 90 minutos de duración cada uno, con frecuencia semanal, durante 10 semanas consecutivas.

Estructura general de cada taller:

1. Apertura (10-15 min): dinámica de presentación o activación emocional (ej. “¿cómo te sientes hoy con un color?”).
2. Lectura dramatizada o comentada (20-25 min): realizada por la facilitadora, con entonación, pausas y proyección de las ilustraciones del libro.
3. Diálogo guiado (20-25 min): preguntas semiestructuradas sobre las emociones de los personajes, sus decisiones y cómo se relacionan con la vida propia (“¿alguna vez te has sentido como el personaje?”).
4. Actividad creativa (20-25 min): dibujo, juego de roles, escritura de un final alternativo o creación de un “escudo de la autoestima”.



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

5. Cierre (10 min): puesta en común de la actividad, refuerzo positivo y mensaje final que sintetiza el aprendizaje de la sesión.

Selección de textos: Se utilizaron exclusivamente obras de la literatura infantil cubana, seleccionadas por su pertinencia temática (divorcio, emociones, autovaloración, nuevas configuraciones familiares), por su accesibilidad y su calidad literaria. Los cuentos empleados fueron: Los zapaticos de rosa (José Martí, La Edad de Oro)<sup>7</sup>, El caballito enano y El cochero azul (Dora Alonso)<sup>8</sup>, Negrita y Caballito Blanco (Onelio Jorge Cardoso)<sup>9</sup>, El abuelo (de Cuentos de Guane) y Sole y Darío (Nersys Felipe)<sup>10</sup>, Akeké y la jutía (Miguel Barnet)<sup>11</sup>, Mónica caída del cielo (Boris Mesa Fernández)<sup>12</sup>, Kele Kele (Excilia Saldaña)<sup>13</sup>. La Tabla 2 detalla la organización de las 10 sesiones, con el cuento específico, autor y objetivo principal de cada una.

Análisis estadístico: Los datos se procesaron con el programa estadístico SPSS versión 27.0 para Windows. Se utilizó estadística descriptiva (frecuencias absolutas y relativas) para caracterizar la muestra y los niveles de autoestima en cada momento. Para la comparación pre-post se empleó la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas (equivalente no paramétrico de la t de Student para datos ordinales), dado que la variable autoestima (puntuación total) no sigue una distribución normal según la prueba de Shapiro-Wilk. Se trabajó con un nivel de confiabilidad del 95% y un nivel de significación  $\alpha = 0.05$ . Los resultados se presentan en tablas con sus respectivos estadígrafos.

Aspectos éticos: El estudio se rigió por los principios establecidos en la Declaración de Helsinki (Fortaleza, 2013)<sup>14</sup> y la normativa cubana para investigaciones en salud. Se obtuvo el consentimiento informado por escrito de los padres o tutores legales, en el que se explicaron los objetivos, procedimientos, beneficios esperados, la confidencialidad de los datos y la libertad de retirarse en cualquier momento sin repercusión en la atención médica. También se solicitó el asentimiento verbal de cada niño, asegurando que su participación era voluntaria. Se garantizó el anonimato de los participantes mediante códigos alfanuméricos en la base de datos y la no divulgación de información personal identificable.



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

### Resultados, discusión y análisis

Resultados: La muestra estuvo compuesta por 20 niños (10 niñas, 10 niños), con edades entre 8 y 10 años. En el pretest, 16 niños (80%) presentaron autoestima baja ( $\leq 15$  puntos), 4 (20%) autoestima media (16-25 puntos) y ninguno autoestima alta. En el posttest, ningún niño mostró autoestima baja, 6 niños (30%) alcanzaron autoestima media y 14 niños (70%) autoestima alta. La prueba de Wilcoxon mostró una diferencia estadísticamente significativa ( $p < 0,001$ ).

Tabla 1. Distribución de la autoestima antes y después de la intervención (n=20)

Nivel de autoestima	Pretes		Postest	
	No.	%	No.	%
Baja ( $\leq 15$ )	16	80	0	0
Media (16–25)	4	20	6	30
Alta ( $> 25$ )	0	0	14	70
Total	20	100	20	100

Nota:  $p < 0,001$  (prueba de Wilcoxon).

Tabla 2. Estructura de los 10 talleres de biblioterapia

Sesión	Título del taller	Cuento específico y autor	Objetivo principal
1	Reconociendo mis emociones	Negrita- Onelio Jorge Cardoso	Identificar y nombrar emociones básicas (alegría, tristeza, miedo) a través de la historia de una perrita abandonada y su rescate.



**“De la excelencia formativa a la investigación con  
impacto: construyendo desarrollo humano  
sostenible.”**

2	Yo soy importante	Los zapaticos de rosa – José Martí	Reforzar la valía personal y la capacidad de ayudar a otros, mostrando cómo cada niño tiene un valor único
3	Mi nueva familia	El abuelo – Nersys Felipe	Comprender que los cambios en la estructura familiar (divorcio, separación) no implican pérdida del amor
4	Soy capaz de enfrentar mis retos	El caballito enano – Dora Alonso	Fortalecer la autoconfianza y la perseverancia, mostrando cómo un personaje pequeño logra superar obstáculos.
5	Yo puedo relacionarme con otros	Caballito Blanco – Onelio Jorge Cardoso	Estimular habilidades sociales (compartir, cooperar, expresar sentimientos) a través de una aventura fantástica.
6	Soy un niño valioso	El cochero azul – Dora Alonso	Consolidar la autoestima, mostrando que cada persona tiene



**“De la excelencia formativa a la investigación con  
impacto: construyendo desarrollo humano  
sostenible.”**

			talentos y cualidades positivas, aunque a veces se sienta invisible
7	Acepto mis emociones difíciles	Sole y Darío – Nersys Felipe	Manejar la tristeza, la nostalgia y la incertidumbre ante la separación (por divorcio o migración), validando que esas emociones son normales.
8	Mis padres no están juntos, pero me aman	Akeké y la jutía – Miguel Barnet	Reducir la culpa infantil, mostrando que los conflictos entre adultos no son responsabilidad del niño, y que el amor de ambos padres puede seguir presente.
9	Soy protagonista de mi historia	Mónica caída del cielo – Boris Mesa Fernández	Fomentar el empoderamiento, la resiliencia y el pensamiento positivo, mostrando a una niña que debe adaptarse a una



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

			nueva realidad y decide ser activa.
10	Cuidarme es quererme	Kele Kele (relato “Por qué la mariposa tiene alas pintadas”) – Excilia Saldaña	Promover el autocuidado, la autoaceptación y la expresión de la identidad personal, valorando las propias raíces y características únicas

**Discusión:** Los resultados demostraron que la biblioterapia, implementada a través de talleres educativos con literatura cubana, fue efectiva para elevar la autoestima. El hallazgo más relevante es que el 70% de los participantes alcanzó autoestima alta tras la intervención, partiendo de un 80% con autoestima baja inicial.

Estos hallazgos se sustentan en tres enfoques teóricos. Desde la psicología humanista, Carl Rogers postula que la autoestima se construye a partir de la aceptación incondicional y experiencias emocionales significativas en un entorno de apoyo<sup>2</sup>. El enfoque cognitivo-conductual explica que la biblioterapia permite modificar creencias negativas sobre el autoconcepto<sup>4,5</sup>. La teoría del apego de Bowlby sostiene que los niños de padres divorciados pueden presentar inseguridad emocional; la lectura compartida y el diálogo guiado fortalecen la percepción de apoyo afectivo y reducen el temor al abandono<sup>1,3</sup>.

Coinciden con estudios internacionales: en Brasil, una investigación con niños de de 9 a 10 años demostró que la biblioterapia, mediante la exploración de obras infantiles y la creación de un libro propio, permitió a los niños identificar sus peculiaridades, miedos y diferencias familiares, mejorando su autoconocimiento y autoestima<sup>15</sup>. Asimismo, investigaciones recientes en Brasil confirman que la biblioterapia, utilizando literature infantil de manera



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

sensible, constituye un recurso esencial para el desarrollo emocional de niños en proceso de duelo<sup>16</sup>. Un protocolo de revisión sistemática publicado en 2024 confirma el creciente interés en la biblioterapia creativa como herramienta para mejorar la salud mental y el bienestar de niños y adolescentes en entornos escolares<sup>17</sup>.

Un elemento distintivo de esta intervención fue el uso intencionado de autores cubanos como Onelio Jorge Cardoso<sup>9</sup>, José Martí<sup>7</sup>, Nersys Felipe<sup>10</sup>, Dora Alonso<sup>8</sup>, Miguel Barnet<sup>11</sup>, Boris Mesa Fernández<sup>12</sup> y Excilia Saldaña<sup>13</sup>, con títulos específicos que abordan el divorcio, la separación y la resiliencia. Esto fortaleció la identidad cultural de los niños participantes y demostró la existencia de un valioso acervo literario nacional apto para fines terapéuticos.

En el contexto cubano, este estudio representa una de las primeras experiencias sistemáticas de biblioterapia aplicada a hijos de padres divorciados desde la atención primaria de salud<sup>6</sup>. La integración de una especialista en sistemas de información en salud con una psicóloga del área constituye un ejemplo exitoso de trabajo interdisciplinario entre las humanidades médicas y la psicología clínica.

Análisis de aplicabilidad: La intervención es de bajo costo, alta aceptabilidad y puede replicarse en otros policlínicos y escuelas primarias. La generalización debe hacerse con cautela, considerando las particularidades culturales de cada territorio. Las limitaciones del estudio (ausencia de grupo control, tamaño muestral reducido, falta de seguimiento longitudinal) no invalidan los hallazgos, pero sugieren futuras investigaciones con diseños más robustos<sup>18</sup>.

### **Reflexiones finales y/o conclusiones**

- ✓ La intervención educativa basada en 10 talleres de biblioterapia fue efectiva para fortalecer la autoestima en niños de 8 a 10 años hijos de padres divorciados, con un incremento del 70% de niños en nivel alto ( $p < 0,001$ ).
- ✓ La biblioterapia, desde las humanidades médicas y la psicología, constituye una herramienta accesible, de bajo costo, culturalmente pertinente y de alta aceptabilidad para intervenir sobre el impacto emocional del divorcio en la infancia.
- ✓ Esta investigación de posgrado (tesis de maestría) demuestra cómo la innovación formativa puede transferirse a la práctica profesional, mejorando los servicios de



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

psicología infantil en la atención primaria de salud cubana, lo que coincide con meta-análisis recientes sobre la eficacia de este tipo de intervenciones<sup>19</sup>.

- ✓ Se recomienda incorporar la biblioterapia como recurso complementario en los servicios de psicología infantil, capacitar a psicólogos y bibliotecarios en sus técnicas<sup>19</sup>, y realizar estudios con grupo control y seguimiento longitudinal<sup>20</sup>.

### Referencias

1. Amato PR. The consequences of divorce for adults and children: an update. Društvena Istraživanja [Internet]. 2014 [citado 9 May 2025];23(1):[aprox. 15 p.]. Disponible en: <https://di-journal-pilar.hr/index.php/drustvena-istrazivanja/article/view/348/201>
2. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press; 1965.
3. Oficina Nacional de Estadísticas e Información. Anuario demográfico de Cuba 2023 [Internet]. La Habana: ONEI; 2024 [citado 9 May 2025]. Disponible en: <http://onei.gob.cu/sites/default/files/publicaciones/2024-11/00-anuario-demografico-de-cuba-2023.pdf>
4. Román AM. Revisión sistemática de artículos sobre biblioterapia y el sentido de la vida. Rev Calidad De Vida Y Salud [Internet]. 2020 [citado 9 May 2025];13(ESPECIAL):[aprox. 9 p.]. Disponible en: <https://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/266/211>
5. Praveen S, Sharma S, Peters NJ. A Quasi-experimental Study to Assess the Effectiveness of Bibliotherapy on Reducing Anxiety among Hospitalized Children International Journal of Clinical Nursing Research Society [Internet]. 2025 [citado 11 Oct 2025];1(1):[aprox. 12 p.]. Disponible en: <https://www.jaypeejournals.com/abstractArticleContentBrowse/IJCNRS/40701/JPJ/fullText>
6. Flores Fernández Ch, Rioseco Vergara MP. La biblioterapia y sus contextos de uso en niños y en adolescentes. Rev. cuba. inf. cienc. salud [Internet]. 2020 Sep [citado 9 May 2025];31(3):[aprox. 10 p.]. Disponible en [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2307-21132020000300016](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-21132020000300016)
7. Martí J. La Edad de Oro. La Habana: Editorial Gente Nueva; 1989.



## “De la excelencia formativa a la investigación con impacto: construyendo desarrollo humano sostenible.”

8. Alonso D. El cochero azul. La Habana: Editorial Gente Nueva; 1975.
9. Cardoso OJ. Caballito Blanco y otros cuentos. La Habana: Editorial Gente Nueva; 1974.
10. Felipe N. Cuentos de Guane. La Habana: Editorial Gente Nueva; 1975.
11. Barnet M. Akeké y la jutía. La Habana: Editorial Gente Nueva; 2001.
12. Mesa Fernández B. Mónica caída del cielo. Santa Clara: Editorial Capiro; 2002.
13. Saldaña E. Kele Kele. La Habana, Cuba: Editorial Letras Cubanas; 1987.
14. Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki: principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos [Internet]. France: WMA; 2013 [citado 11 Oct 2025]. Disponible en: <https://www.fccb.unl.edu.ar/investigacion/wp-content/uploads/sites/3/2018/12/1-Declaracibrvbarn-de-Helsinki-2013.pdf>
15. Michele Silva E. Biblioterapia e literatura infantil na autoestima da criança. Brasil: Appris Editora; 2023.
16. Cruz Martins Z. Biblioterapia e literatura infantil: a influência da literatura no luto infantil [tesis]. Brasil: RECIFE; 2025 [citado 2 Ene 2026]. Disponible en: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/67252/1/TCC%20Zuleide%20da%20Cruz%20Martins.pdf>
17. Redman H, Melendez-Torres GJ, Bethel A, Green J. The impact of school-based creative bibliotherapy interventions on child and adolescent mental health: a systematic review and realist synthesis protocol. Syst Rev [Internet]. 2024 Mar 13 [citado 2 Ene 2026];13(1):[aprox. 9 p.]. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC38481339/>
18. Serafini A. Bibliotherapy in Education: A Systematic Review. Alabama Journal of Educational Leadership [Internet]. 2024 [citado 2 Ene 2026];11:[aprox. 7 p.]. Disponible en: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1448498.pdf>
19. Herrero M, Roca P, Cormenzana S, Martinez Pampliega A. The efficacy of postdivorce intervention programs for children: A meta-analytical review. Family Process [Internet]. 2023 [citado 2 Ene 2026];62(1):[aprox. 11 p.]. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/famp.12807>



**“De la excelencia formativa a la investigación con  
impacto: construyendo desarrollo humano  
sostenible.”**

20. Kahveci G, Bulut Serin N. Impact of bibliotherapy on resilience in special needs children during divorce. Journal of Education and Learning [Internet]. 2025 Aug [citado 2 Ene 2026];19(3):[aprox. 8 p.]. Disponible en:

<https://edulearn.intelektual.org/index.php/EduLearn/article/download/21167/10908>