

Intervenciones de terapia ocupacional en salud mental: efectos en la funcionalidad y calidad de vida.

Occupational therapy interventions in mental health: effects on functional ability and quality of life.

Vélez-Almea, Mary Dayanara¹; Franco-Acosta, Priscilla María²; Novillo-Regalado, Deyaneira Solange³; Abad-Valencia, Pedro Raúl⁴.

- ¹ Universidad de Guayaquil; Ecuador, Guayaquil; <https://orcid.org/0000-0002-4211-2604>; mary.veleza@ug.edu.ec
- ² Universidad de Guayaquil; Ecuador, Guayaquil; <https://orcid.org/0009-0002-8851-4921>; priscilla.francoa@ug.edu.ec
- ³ Universidad de Guayaquil; Ecuador, Guayaquil; <https://orcid.org/0009-0003-8674-0615>; deyaneira.novillor@ug.edu.ec
- ⁴ Universidad de Guayaquil; Ecuador, Guayaquil; <https://orcid.org/0009-0000-5158-8949>; pedro.abadv@ug.edu.ec

Cita: Vélez-Almea, M. D., Franco-Acosta, P. M., Novillo-Regalado, D. S., & Abad-Valencia, P. R. (2026). Intervenciones de terapia ocupacional en salud mental: efectos en la funcionalidad y calidad de vida. *Innova Science Journal*, 4(2), 841-854. <https://doi.org/10.63618/omd/isi/v4/n2/316>

¹ Autor Correspondencia

 <https://doi.org/10.63618/omd/isi/v4/n2/316>

Recibido: 18/12/2025
Aceptado: 20/04/2026
Publicado: 30/04/2026



Copyright: © 2026 por los autores. Este artículo es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de la [Licencia Creative Commons, Atribución-NoComercial 4.0 Internacional. \(CC BY-NC\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

[\(https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Resumen: Las intervenciones de terapia ocupacional han adquirido un papel relevante en el abordaje de los trastornos de salud mental, al favorecer la participación en actividades significativas, la recuperación de la funcionalidad y el bienestar general. El objetivo de esta revisión sistemática fue analizar la evidencia científica sobre su efecto en la funcionalidad y la calidad de vida. La investigación se desarrolló siguiendo la guía PRISMA 2020. La búsqueda en Scopus, PubMed y CINAHL identificó 325 registros; tras eliminar duplicados y aplicar criterios de inclusión y exclusión mediante la revisión de títulos, resúmenes y textos completos, se seleccionaron 18 estudios para el análisis final. Estos incluyeron revisiones sistemáticas, scoping reviews y ensayos clínicos centrados en diversas intervenciones ocupacionales dirigidas a personas con trastornos mentales. Los resultados evidencian que la terapia ocupacional mejora la funcionalidad, fortalece la participación ocupacional y promueve el bienestar psicológico. Además, intervenciones orientadas a la organización de rutinas, la realización de actividades significativas, la reintegración social y el retorno al trabajo mostraron efectos positivos en la calidad de vida. En conclusión, la terapia ocupacional se perfila como una estrategia clave en la rehabilitación en salud mental, aunque se requieren estudios con mayor rigor metodológico.

Palabras clave: Terapia ocupacional; Salud mental; Calidad de vida; Actividades de la vida diaria; Rehabilitación.

Abstract: Occupational therapy interventions have taken on a significant role in the management of mental health disorders by promoting participation in meaningful activities, the restoration of functional ability, and overall well-being. The objective of this systematic review was to analyze the scientific evidence regarding their effect on functional ability and quality of life. The research was conducted in accordance with the PRISMA 2020 guidelines. A search in Scopus, PubMed, and CINAHL identified 325 records; after removing duplicates and applying inclusion and exclusion criteria through a review of titles, abstracts, and full-text articles, 18 studies were selected for the final analysis. These included systematic reviews, scoping reviews, and clinical trials focused on various occupational interventions targeting individuals with mental disorders. The results show that occupational therapy improves functionality, strengthens occupational participation, and promotes psychological well-being. Furthermore, interventions aimed at organizing routines, engaging in meaningful activities, social reintegration, and return to work demonstrated positive effects on quality of life. In conclusion, occupational therapy emerges as a key strategy in mental health rehabilitation, although studies with greater methodological rigor are needed.

Keywords: Occupational therapy; Mental health; Quality of life; Activities of daily living; Rehabilitation.

1. Introducción

La salud mental es un componente esencial del bienestar de las personas y está relacionado con la posibilidad de participar en actividades significativas, establecer relaciones sociales y desempeñar roles ocupacionales en la vida diaria. Actualmente, los trastornos mentales son una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial, ya que no solo determinan el funcionamiento psicológico, sino que también afectan a la autonomía, la participación social y la calidad de vida de las personas que los padecen. Por ese motivo, los modelos terapéuticos que favorecen la participación activa en actividades significativas han cobrado cada vez más peso en los procesos de rehabilitación psicosocial (Höhl et al., 2017; Petersen et al., 2019).

La terapia ocupacional se ha convertido en un enfoque terapéutico fundamental de la salud mental, al fundamentarse en el uso terapéutico de las ocupaciones con el objetivo de mejorar la funcionalidad, el bienestar psicológico y la integración social. Distintas intervenciones ocupacionales -como el entrenamiento en actividades de la vida diaria, la planificación de las rutinas, la participación en actividades productivas, el entrenamiento en habilidades sociales-, han demostrado un efecto positivo en la recuperación y en el mantenimiento del funcionamiento ocupacional en personas con trastornos mentales (Kirsh et al., 2019; Rocamora-Montenegro et al., 2021). Existen evidencias científicas recientes que demuestran que las intervenciones ocupacionales pueden llegar a producir beneficios para las distintas dimensiones del funcionamiento humano (ej. la participación social, el rendimiento ocupacional, el bienestar psicológico). Evidentemente, los resultados de meta-análisis recientes comprueban que las intervenciones de la terapia ocupacional centradas en los clientes y que abordan las ocupaciones significativas para ellos pueden ayudar a mejorar la satisfacción ocupacional, reducir síntomas depresivos y aumentar la autonomía en los tratamientos de personas con trastornos de la salud mental (Christie et al. 2020; Jeong & Kim 2025).

Igualmente, la terapia ocupacional ha probado su pertinencia para la reintegración social y laboral, especialmente para pacientes con trastornos mentales graves que no pueden reintegrarse a sus roles ocupacionales anteriores. Las prácticas de rehabilitación ocupacional y los programas de retorno al trabajo han tenido buenos resultados en la recuperación funcional y en la reintegración comunitaria de aquellos usuarios de servicios de la salud mental (Johanson et al. 2023; Long et al. 2024). Por el contrario, recientes revisiones han resaltado la utilidad de las intervenciones de tipo ocupacional de hábitos de vida saludables, ocio terapéutico y participación significativa, como estrategia para mejorar el bienestar mental y la calidad de vida desde la terapia ocupacional. Este tipo de intervenciones busca cambios en hábitos saludables, construir la identidad ocupacional y facilitar la participación en actividades significativas: aspectos que se consideran uno de los pilares actuales de la terapia ocupacional en salud mental (Eklund et al., 2024; Nasiri et al., 2025).

A pesar del creciente interés en el área, la evidencia existente en cuanto a la efectividad de las intervenciones de terapia ocupacional en salud mental se diluye entre la literatura científica, caracterizándose por la existencia de diferentes tipos de intervención, poblaciones, y medidas de resultado utilizadas en los diferentes estudios (Dávalos-Cerrón et al., 2025). Pero, algunos estudios sugieren reforzar la

fundamentación empírica mediante estudios con diseños metodológicos más robustos que permitan comprender más las intervenciones, la funcionalidad y la calidad de vida (Adelle et al., 2025; Oz et al., 2023).

En este sentido, la necesidad de integrar y analizar la evidencia existente nos permitiría comprender más ampliamente el efecto de las intervenciones de terapia ocupacional en salud mental. Por tanto, el objetivo de la presente revisión sistemática sería analizar la evidencia científica existente de las intervenciones de terapia ocupacional en salud mental y su efecto sobre la funcionalidad y la calidad de vida de las personas.

2. Materiales y Métodos

2.1. Diseño del estudio

La presente investigación corresponde a una revisión sistemática de la literatura orientada a analizar la evidencia científica disponible sobre las intervenciones de terapia ocupacional en salud mental y sus efectos en la funcionalidad y la calidad de vida de los pacientes. El proceso de identificación, selección y análisis de los estudios se desarrolló siguiendo las directrices de la declaración PRISMA 2020 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), la cual proporciona un marco metodológico actualizado para la realización y reporte de revisiones sistemáticas (Page et al., 2021).

2.2. Estrategia de búsqueda

La búsqueda bibliográfica se realizó en tres bases de datos científicas internacionales ampliamente utilizadas en el ámbito de las ciencias de la salud: Scopus, PubMed y CINAHL. Estas bases fueron seleccionadas debido a su amplia cobertura en investigaciones relacionadas con rehabilitación, salud mental y terapia ocupacional.

La estrategia de búsqueda incluyó combinaciones de términos relacionados con el tema de estudio utilizando operadores booleanos, tales como:

“occupational therapy” AND “mental health” AND “quality of life” AND “functionality”.

Asimismo, se utilizaron términos equivalentes y sinónimos relacionados con intervención ocupacional, bienestar psicológico, participación ocupacional y rehabilitación psicosocial. La búsqueda se limitó a artículos científicos publicados en revistas académicas y disponibles en texto completo.

2.3. Proceso de selección de estudios

La selección de los artículos se llevó a cabo en varias fases atendiendo al modelo PRISMA. En primer lugar, se identificaron 325 registros a partir de las bases de datos seleccionadas: Scopus (n = 142), PubMed (n = 108) y CINAHL (n = 75). Posteriormente, se eliminaron 87 registros duplicados, quedando un total de 238 estudios a lo largo del proceso de cribado.

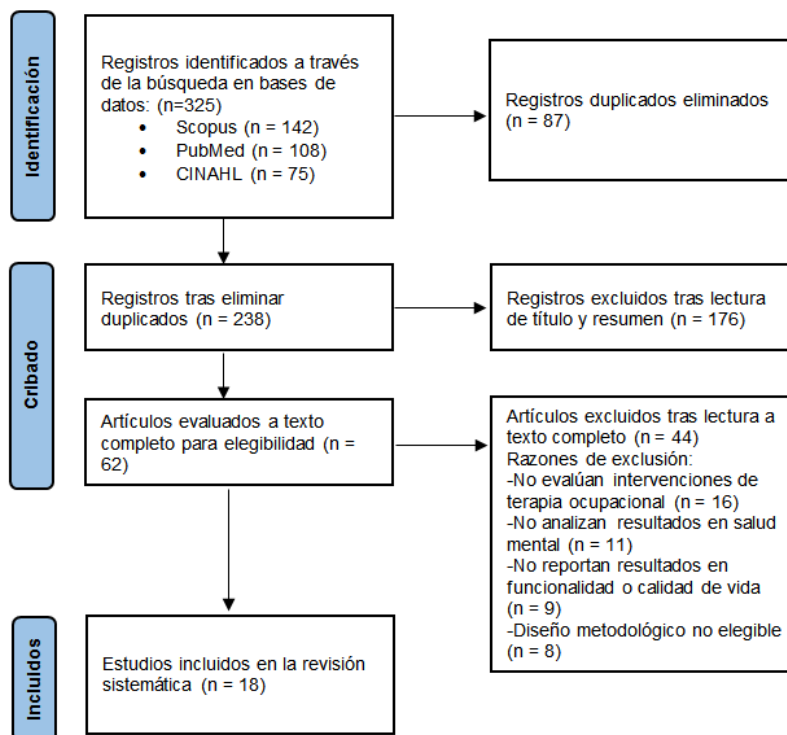
En la etapa de cribado, se llevó a cabo la revisión de títulos y resúmenes, excluyéndose 176 artículos que no cumplían los criterios de inclusión predeterminados. Tras esta fase se llegó al cribado de 62 artículos evaluados mediante lectura a texto completo para determinar la elegibilidad de estos. Se excluyeron 44 estudios en la fase de lectura a texto completo ya que no evaluaban intervenciones de terapia ocupacional,

no abordaban resultados de salud mental y funcionalidad, o bien presentaban diseños de estudio que no eran elegibles para la revisión.

En consecuencia, 18 fueron los estudios incluidos y se consideraron como elegibles a efectos del análisis final de la revisión sistemática. El proceso de identificación, cribado, determinación de la elegibilidad e inclusión de los estudios se presenta en el diagrama de flujo PRISMA, que se representa en la Figura 1.

Figura 1.

Diagrama de flujo PRISMA del proceso de selección de estudios.



Nota: Elaborado por los autores

2.4. Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta para esta revisión de la que se habla en el presente texto fueron aquellos estudios que realizasen algún tipo de intervención de terapia ocupacional en el área de la salud mental, aquellas investigaciones que recogiesen resultados sobre funcionalidad, participación ocupacional o calidad de vida, artículos científicos publicados en revistas académicas y estudios que fueran accesibles en texto completo.

En contraposición, se excluyeron aquellos artículos o estudios que no evaluaran intervenciones de terapia ocupacional, que no estuviesen relacionados con el área de la salud mental, que no reportasen resultados sobre funcionalidad o calidad de vida y aquellos que presentasen diseños metodológicos que no fueran pertinentes para utilizar en esta revisión.

2.5. Extracción y análisis de datos

Los estudios incluidos en la revisión fueron procesados mediante una matriz de extracción de datos que nos permitió sistematizar información de interés, autor, año de publicación, tipo de estudio, características de la población, tipo de intervención de terapia ocupacional y principales resultados. Posteriormente, los hallazgos se analizaron sistemáticamente a partir de una descripción narrativa, para identificar patrones comunes, en lo respecta a los efectos de la intervención ocupacional en la funcionalidad, la participación, y la calidad de vida de personas con trastornos de salud mental.

3. Resultados

Tabla 1.

Características y resultados de los estudios incluidos sobre intervenciones de terapia ocupacional en salud mental

| Nº | Autor/año | Tipo de estudio | Población o contexto | Intervención de terapia ocupacional | Resultados principales |
|----|-----------------------------|----------------------------------|--|--|---|
| 1 | Adelle et al., 2025 | Scoping review sistemática | Pacientes hospitalizados en unidades agudas de salud mental | Intervenciones ocupacionales en hospitalización psiquiátrica aguda | Identifica que la terapia ocupacional favorece desempeño ocupacional, estructuración de rutinas, regulación emocional y preparación para el alta. |
| 2 | Aguirre y Mayol, 2013 | Estudio descriptivo | Usuarios de salud mental en corta estadía | Intervención ocupacional en contexto clínico breve | Reporta utilidad de la terapia ocupacional para organización de actividades, adaptación al medio terapéutico y apoyo al funcionamiento cotidiano. |
| 3 | Christie et al., 2020 | Revisión sistemática | Adultos con depresión | Intervenciones de terapia ocupacional para actividades de la vida diaria y participación | Evidencia mejoras en función, participación ocupacional y desempeño en actividades cotidianas; sugiere beneficios especialmente en depresión. |
| 4 | Compañ-Gabucio et al., 2025 | Scoping review | Personas con necesidades de salud mental durante confinamiento | Intervenciones ocupacionales durante lockdown, rutinas, autocuidado y participación | Señala efectos positivos en bienestar, manejo del aislamiento, estructura ocupacional y adaptación a cambios contextuales. |
| 5 | Eklund et al., 2024 | Artículo de reflexión científica | Intervenciones centradas en ocupación y estilo de vida en salud mental | Enfoque ocupacional y de estilo de vida | Resalta que las intervenciones basadas en ocupación constituyen un eje distintivo de la profesión y pueden impactar |

| | | | | | |
|----|-----------------------|---|--|---|---|
| | | | | | funcionalidad y bienestar. |
| 6 | Höhl et al., 2017 | Revisión narrativa | Personas con trastorno mental grave | Tratamientos ocupacionales en salud mental severa | Describe beneficios en participación, habilidades de vida diaria, integración social y recuperación psicosocial. |
| 7 | Jeong y Kim, 2025 | Ensayo clínico aleatorizado | Adultos mayores con depresión | Terapia ocupacional centrada en el cliente | Muestra mejoras en síntomas depresivos, desempeño ocupacional y satisfacción con las ocupaciones realizadas. |
| 8 | Johanson et al., 2023 | Revisión sistemática | Personas con trastornos de salud mental en retorno al trabajo | Intervenciones de terapia ocupacional orientadas al retorno laboral | Sugiere que estos programas pueden ser costo-efectivos y favorecer reincorporación laboral, funcionalidad y participación social. |
| 9 | Kirsh et al., 2019 | Revisión de literatura | Intervenciones de salud mental en terapia ocupacional | Diversas intervenciones ocupacionales en salud mental | Encuentra apoyo para efectos favorables en participación, recuperación, autonomía y funcionamiento psicosocial, aunque con heterogeneidad metodológica. |
| 10 | Long et al., 2024 | Scoping review | Personas con problemas de salud mental en contexto laboral | Programas de retorno al trabajo y reintegración ocupacional | Informa que la terapia ocupacional puede mejorar reinserción laboral, manejo del rol trabajador y recuperación funcional. |
| 11 | Mabuza, 2025 | Scoping review | Usuarios con trastorno mental grave en reintegración comunitaria | Intervenciones para reintegración comunitaria | Destaca mejoras en inclusión comunitaria, autonomía, participación social y desempeño en la vida diaria. |
| 12 | Mendoza et al., 2025 | Revisión/documento analítico | Pacientes geriátricos con problemas de salud mental | Intervenciones ocupacionales en salud mental geriátrica | Refiere beneficios sobre bienestar emocional, mantenimiento funcional y calidad de vida en adultos mayores. |
| 13 | Nasiri et al., 2025 | Revisión sistemática | Adultos con trastornos mentales severos | Intervenciones de gestión de salud basadas en ocupación y actividad | Reporta efectos positivos en autocuidado, manejo de la salud, funcionamiento diario y algunos indicadores de calidad de vida. |
| 14 | Oz et al., 2023 | Ensayo controlado aleatorizado simple ciego | Adultos mayores con ansiedad y depresión | Terapia ocupacional dirigida al bienestar psicológico | Evidencia reducción de ansiedad y depresión, con mejoría del bienestar psicológico. |

| | | | | | |
|----|----------------------------------|---------------------------|--|---|--|
| 15 | Parsonage-Harrison et al., 2022 | Scoping review | Población adolescente | Intervenciones basadas en ocupación para salud mental y bienestar | Muestra potencial para mejorar bienestar mental, participación significativa y hábitos ocupacionales saludables. |
| 16 | Queiroz et al., 2021 | Investigación cualitativa | Intervenciones de ocio en salud mental | Actividades de ocio y participación significativa | Identifica que el ocio terapéutico fortalece expresión personal, interacción social, sentido de identidad y bienestar subjetivo. |
| 17 | Rocamora-Montenegro et al., 2021 | Scoping review | Adultos con trastorno mental grave | Intervenciones de terapia ocupacional en salud mental severa | Resume efectos positivos en funcionalidad, desempeño ocupacional, participación social y calidad de vida, aunque con variabilidad entre estudios. |
| 18 | Petersen et al., 2019 | Scoping review | Evidencia reciente en salud mental | Intervenciones ocupacionales contemporáneas en salud mental | Concluye que la terapia ocupacional aporta beneficios en funcionamiento, inclusión social y recuperación, pero se requieren estudios más robustos. |

Nota: La tabla presenta los estudios incluidos en la revisión sistemática que analizan intervenciones de terapia ocupacional en salud mental y sus efectos sobre la funcionalidad, la participación ocupacional y la calidad de vida de los pacientes

Los estudios revisados indican que las intervenciones de terapia ocupacional son relevantes para la mejora de la funcionalidad y el bienestar de las personas con trastornos mentales. Diferentes revisiones sistemáticas y scoping reviews indican que las intervenciones basadas en ocupaciones dirigidas al desarrollo de habilidades de la vida diaria, la participación social y la estructuración de rutinas contribuyen de forma importante a la mejora del desempeño ocupacional y de la autonomía de las personas (Adelle et al., 2025; Petersen et al., 2019; Rocamora-Montenegro et al., 2021). Con respecto a los trastornos depresivos y de ansiedad, diferentes estudios hacen referencia a efectos positivos de las intervenciones de terapia ocupacional en la reducción de los síntomas psicológicos y al incremento del bienestar emocional. La evidencia de la investigación experimental indica que los programas centrados en el cliente y las ocupaciones significativas mejoran la satisfacción ocupacional y el funcionamiento psicosocial de los adultos y adultos mayores con depresión o ansiedad (Jeong & Kim, 2025; Oz et al., 2023; Christie et al., 2020). Igualmente, varios autores sugieren que la terapia ocupacional mejora la participación social y la reintegración en la comunidad de las personas con trastornos mentales severos, donde intervenciones orientadas en el retorno al trabajo, la inclusión social y la participación en ocupaciones significativas incrementan la recuperación psicosocial y el restablecimiento de los roles ocupacionales (Johanson et al., 2023; Long et al., 2024; Mabuza, 2025). Por otra parte, algunos estudios demuestran que las intervenciones ocupacionales basadas en el ocio terapéutico, las rutinas y las ocupaciones de salud se asocian con el bienestar psicológico y la calidad de vida de los usuarios de los servicios de salud mental

(Queiroz et al., 2021; Compañ-Gabucio et al., 2025; Eklund et al., 2024). Para finalizar, la evidencia revisada presenta a la terapia ocupacional como una actividad importante en los programas de rehabilitación psicosocial en salud mental, ya que mejora la recuperación funcional, el retorno a la vida diaria y la calidad de vida de los pacientes; sin embargo, los distintos autores sugieren que hay que llevar a cabo estudios con diseños más robustos para consolidar la evidencia científica de estas intervenciones (Kirsh et al., 2019; Nasiri et al., 2025; Höhl et al., 2017; Mendoza et al., 2025).

4. Discusión

Los resultados de la revisión sistemática afirman que las intervenciones de terapia ocupacional en salud mental tienen un impacto positivo en la funcionalidad, la participación ocupacional y, en algunos casos, la calidad de vida de las personas atendidas. En la colección de 18 estudios la mayor parte de la literatura era de revisiones sistemáticas, scoping reviews y ensayos clínicos, lo que permitió recoger una línea de tendencia general hacia la eficacia de aquellas intervenciones que tienen en cuenta el enfoque basado en ocupación, sobre todo en aquellas personas con depresión, enfermedades mentales graves, ansiedad y en aquellas personas con necesidades de atención de la reintegración en la comunidad o el trabajo (Christie et al., 2020; Jeong y Kim, 2025; Nasiri et al., 2025; Rocamora-Montenegro et al., 2021). Esta tendencia coincide con las revisiones previas que sostienen que la terapia ocupacional en salud mental facilita la recuperación funcional, el desempeño ocupacional y la participación en actividades relevantes, incluyendo su papel en rehabilitación psicosocial (Kirsh et al., 2019; Petersen et al., 2019; Swarbrick & Noyes, 2018). Una de las cuestiones más relevantes encontradas fue el efecto de las intervenciones sobre la funcionalidad cotidiana. Los estudios incluidos abogan por la tesis de que la terapia ocupacional puede contribuir a facilitar las actividades de la vida diaria, estructurar la rutina y recuperar el desempeño ocupacional, en especial en personas con depresión y con trastorno mental grave (Christie et al., 2020; Höhl et al., 2017; Rocamora-Montenegro et al., 2021). Esta percepción es coherente con lo que Talavera-Valverde et al. (2025) han presentado en su texto sobre la importancia de las intervenciones ocupacionales en personas con enfermedad mental severa y con Adelle et al. (2025), cuya aportación pone de manifiesto la importancia y forma del terapeuta ocupacional en servicios de hospitalización aguda en salud mental. En términos globales, estas evidencias también van llenando poco a poco el hecho de que la funcionalidad no es entendida como capacidad física o cognitiva, sino como una posibilidad real de ser ocupada en ocupaciones de significado tanto personal como social.

En lo que respecta a la calidad de vida, los estudios analizados son más esperanzadores, aunque muestran cierta heterogeneidad en su forma de medida. Ensayos como los de Jeong y Kim (2025) y Oz et al. (2023) demuestran que las intervenciones centradas en el cliente, así como las actividades significativas, mejoran el bienestar psicológico, la satisfacción ocupacional, y algunos de los indicadores asociados a la calidad de vida del cliente. El resultado de estos estudios entalla con investigaciones que no necesariamente son exclusivas de la salud mental, aunque son complementarias, como las de Uceda-Portillo et al. (2024, 2025) y Rodríguez Pérez et al. (2021), en el cual se mostró la existencia del potencial que tiene la terapia ocupacional para mejorar calidad de vida de las personas con otras patologías.

Aunque estas últimas no pertenecen estrictamente al ámbito de salud mental, tal como lo hacían los estudios revisados, respaldan la idea de que la participación ocupacional, la experiencia de autonomía y la interacción con el entorno serían mecanismos transversales a través de los que la terapia ocupacional puede impactar el bienestar global.

Un segundo hallazgo importante es la relevancia de las intervenciones centradas en la participación social y la reintegración a situaciones tanto comunitarias como laborales tal como muestran los estudios de Johanson et al. (2023), Long et al. (2024) o Mabuza (2025): las estrategias de retorno al trabajo, reintegración a la comunidad y recuperación de roles ocupacionales serían manejos claves en el abordaje de las personas con trastornos mentales. Este hallazgo también es coherente con Costi et al. (2023) y en concordancia con los resultados de Hely y Pearce (2025) que comunicaron la importancia y el valor de la terapia ocupacional para la provisión de servicios de salud mental en atención primaria. En general, los resultados apuntan a que la recuperación en salud mental no debe limitarse a una disminución sintomatológica sino al restablecimiento de las relaciones sociales, el trabajo, la pertenencia y asumir papeles significativos.

De igual forma, los estudios revisados hacen también hincapié en que las intervenciones ocupacionales, activas, terapias del ocio y hábitos saludables son una de las características que hacen fuertes a la terapia ocupacional para el desarrollo de la salud mental. Eklund et al. (2024) indican que las intervenciones ocupacionales y actividades del estilo de vida son singulares de la profesión y Queiroz et al (2021) subrayan la importancia del ocio como herramienta de la práctica clínica para la identidad, la interacción social y el bienestar subjetivo. Esta óptica se halla respaldada también por Nasiri et al. (2025), quienes exponen el potencial de las intervenciones asociadas a la actividad y a la gestión en materia de salud para las personas que presentan trastornos mentales sumamente graves, así como por Conn et al. (2019), quienes trataron las intervenciones asociadas a control del peso u obesidad en personas con enfermedad mental severa. En conjunto, todos estos estudios evidencian que la terapia ocupacional trata dimensiones extensas de la adaptación del ser humano que incluyen la salud física, la salud mental, los hábitos de vida y la participación en ocupaciones de significación (León-Iñaguazo et al., 2025).

Por otra parte, diversos estudios sugieren que la efectividad de la terapia ocupacional depende principalmente del contexto en el que se lleve a cabo la misma y del grupo poblacional al que se dirija la atención. En adolescentes, por ejemplo, Parsonage-Harrison et al. (2022) encuentran que las intervenciones basadas en la ocupación podrían propiciar el bienestar mental y el desarrollo de patrones ocupacionales saludables. En ancianos, Mendoza et al. (2025), Jeong y Kim (2025) y Oz et al. (2023) informan efectos en depresión, ansiedad, bienestar psicológico y funcionalidad. Alternativamente, los trabajos de Pisegna et al. (2022) evidencian que la terapia ocupacional puede ayudar a reducir el conjunto de síntomas relacionados con la depresión y la ansiedad en el contexto de la rehabilitación física, lo que nos lleva a pensar que podemos encontrar beneficios de la terapia ocupacional también en aquellas poblaciones con sin comorbilidades complejas, lo que potencia la validez externa de la disciplina pero también hay que señalar que ello genera una heterogeneidad en los protocolos y en las medidas de resultado. A pesar de los

aspectos favorables, la revisión también ha permitido poner de manifiesto notables límites en la evidencia presentada. Varios de los estudios que forman parte de la selección que se han realizado corresponden a scoping reviews, revisiones narrativas o estudios con gran diversidad metodológica, lo que imposibilitaba la comparación directa de las intervenciones y los desenlaces (Adelle et al., 2025; Kirsh et al., 2019; Petersen et al., 2019); así como que, algunos trabajos recuperados inicialmente, como el de Hegde et al. (2025) o el aporte de Talavera-Valverde (2025), están más enfocados en el marco reflexivo o de comentario académico que no tanto en la evaluación de la efectividad. En la misma línea, el protocolo de Engels et al. (2025) pone de manifiesto que existe aún la necesidad de contar con ensayos multicéntricos robustos que permitan medir de manera más precisa los efectos de la terapia ocupacional sobre calidad de vida, desempeño ocupacional y satisfacción ocupacional. En consecuencia, aunque la tendencia general de los efectos es positiva, la base empírica sigue necesitando de sólidos diseños experimentales, de seguimientos longitudinales y de la utilización de instrumentos homogéneos.

En términos de conclusión, la discusión de los 18 estudios seleccionados, junto a los demás artículos aportados, dan indicios de que la terapia ocupacional en salud mental tiene efectos positivos sobre la funcionalidad, la participación y la calidad de vida, especialmente cuando las intervenciones son centradas en el cliente, basadas en ocupaciones significativas y orientadas hacia la reintegración social; la literatura complementaria da muestra de la existencia de estos efectos en atención primaria, en hospitalización, en rehabilitación, en el proceso de envejecimiento y en la comunidad, lo que llega a reafirmar la versatilidad de la terapia ocupacional (Hely & Pearce, 2025; Piseña et al., 2022; Talavera-Valverde et al., 2025; Uceda-Portillo et al., 2025), aunque también continúa la necesidad de generar evidencias de una mayor calidad metodológica que lleve a despejar con mayor claridad qué intervenciones han sido las más efectivas, en qué poblaciones y en qué ámbitos clínicos.

5. Conclusiones

Los resultados de esta revisión sistemática demuestran que las intervenciones de terapia ocupacional en el ámbito de la salud mental tienen efectos positivos en la funcionalidad, la participación ocupacional y el bienestar psicológico de las personas con trastornos mentales. Las estrategias más adecuadas (actividades significativas, programación de rutinas y centrado en el cliente) mostraron efectos positivos en el desempeño ocupacional y la independencia.

De manera concomitante, las intervenciones centradas en la reintegración a la comunidad y el trabajo, así como la terapia ocupacional basada en el ocio terapéutico y la promoción de estilos de vida saludables, se veían asociadas con la calidad de vida y la participación en la comunidad. Estos resultados apoyan el uso de la terapia ocupacional en los procesos de rehabilitación psicosocial.

Sin embargo, la evidencia presenta heterogeneidad en los diseños metodológicos, tipos de intervención y variables de resultados, lo que limita la comparabilidad entre estudios. Por lo tanto, se recomienda que se desarrollen investigaciones con mayor rigor metodológico (ensayos clínicos controlados, estudios longitudinales).

En resumen, la terapia ocupacional es una intervención que resulta relevante y eficaz para la salud mental, pero necesita tener una mayor fortaleza científica para poder implementarse de una manera más efectiva en los contextos clínicos como comunitarios.

Referencias Bibliográficas

- Adelle, A., Bedford, K., McMahon, S., Dun, C., Starbuck, R., & Doroud, N. (2025). The role of occupational therapists in acute mental health inpatient settings: A systematic scoping review. *Australian Occupational Therapy Journal*, 72(3), e70032. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.70032>
- Aguirre, A. E., & Mayol, P. T. (2013). Terapia ocupacional en salud mental de corta estadía en clínica de atención privada. *Revista Chilena De Terapia Ocupacional*, 13(2), 45. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2013.30214>
- Christie, L., Inman, J., Davys, D., & Cook, P. A. (2020). A systematic review into the effectiveness of occupational therapy for improving function and participation in activities of everyday life in adults with a diagnosis of depression. *Journal of Affective Disorders*, 282, 962–973. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.080>
- Compañ-Gabucio, L., Moreno-Morente, G., Torres-Collado, L., & García-De-La-Hera, M. (2025). Occupational Therapy Interventions in Mental Health During Lockdown: A scoping review. *Healthcare*, 13(17), 2136. <https://doi.org/10.3390/healthcare13172136>
- Conn, A., Bourke, N., James, C., & Haracz, K. (2019). Occupational therapy intervention addressing weight gain and obesity in people with severe mental illness: A scoping review. *Australian Occupational Therapy Journal*, 66(4), 446–457. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.12575>
- Costi, S., Pellegrini, M., Braglia, L., Cavuto, S., & Fugazzaro, S. (2023). Occupational therapy improves social participation of complex patients discharged from hospital: results of a powered randomized controlled trial. *Disability and Rehabilitation*, 46(11), 2223–2233. <https://doi.org/10.1080/09638288.2023.2218653>
- Dávalos-Cerrón, P. Y., Aguirre-Muñoz, A. A., Álvarez-Córdova, V. M., Manzano-Rivera, R. A., & Peralta-Artieda, M. C. (2025). La Salud Pública y su Efecto en la Sociedad. *Innova Science Journal*, 3(E1), 343–360. <https://doi.org/10.63618/omd/isj/v3/ne1/200>
- Eklund, M., Parsonage-Harrison, J., & Argentzell, E. (2024). Occupation- and lifestyle-based mental health interventions – A hallmark for the occupational therapy profession? *British Journal of Occupational Therapy*, 87(7), 395–397. <https://doi.org/10.1177/03080226241228750>
- Engels, C., Schweitzer, S. M., Blond, O., Boulahssass, R., David, C., Faure, H., Gaborit, C., Kirscher, S., Lyons, K. D., Antunes, L. M., Morisset, L., Pergolotti, M., Pierro, M., Pineau-Ribas, C., Thamié, S., Rollot-Trad, F., & Canoui-Poitrine, F. (2025). Effects of occupational therapy on quality of life, occupational performance, and occupational satisfaction in older adults with cancer: a multicentre, pragmatic,

- randomized, controlled trial protocol (OCEAN-OT). *BMC Geriatrics*, 25(1), 1064. <https://doi.org/10.1186/s12877-025-06535-y>
- Hegde, S., Anu, K. N., & Thomas, R. (2025). Occupational therapy in mental health, India: a commentary on under-explored potentials. *Discover Mental Health*, 5(1), 70. <https://doi.org/10.1007/s44192-025-00157-x>
- Hely, A., & Pearce, C. (2025). The role of occupational therapy in primary care mental health services: a short report. *Primary Health Care Research & Development*, 26, e49. <https://doi.org/10.1017/s1463423625100212>
- Höhl, W., Moll, S., & Pfeiffer, A. (2017). Occupational therapy interventions in the treatment of people with severe mental illness. *Current Opinion in Psychiatry*, 30(4), 300–305. <https://doi.org/10.1097/ycp.0000000000000339>
- Jeong, H., & Kim, D. (2025). Effects of Client-Centered Occupational Therapy Intervention in Older Adults with Depression: a randomized controlled trial. *Occupational Therapy International*, 2025(1), 5559899. <https://doi.org/10.1155/oti/5559899>
- Johanson, S., Oestergaard, L. G., Bejerholm, U., Nygren, C., Van Tulder, M., & Zingmark, M. (2023). Cost-effectiveness of occupational therapy return-to-work interventions for people with mental health disorders: A systematic review. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 30(8), 1339–1356. <https://doi.org/10.1080/11038128.2023.2200576>
- Kirsh, B., Martin, L., Hultqvist, J., & Eklund, M. (2019). Occupational Therapy Interventions in Mental Health: A Literature review in search of evidence. *Occupational Therapy in Mental Health*, 35(2), 109–156. <https://doi.org/10.1080/0164212x.2019.1588832>
- León-Iñaguazo, A. N., Puchi-Gutiérrez, L. P., & Del Rocío Mora-Veintimilla, G. (2025). Factores que contribuyen a la ansiedad y depresión en adolescentes y su impacto en la vida cotidiana. *Innova Science Journal*, 3(4), 99–109. <https://doi.org/10.63618/omd/isj/v3/n4/124>
- Long, B. S., Balakrishnar, K., Drobenko, M., Dolatyar, K., Awada, B., Jodoin, K., McDougall, A., & Nowrouzi-Kia, B. (2024). Effectiveness of Occupational Therapy Mental Health Interventions in a Return-to-Work context: A Scoping Review. *Occupational Therapy in Mental Health*, 42(1), 22–40. <https://doi.org/10.1080/0164212x.2024.2448121>
- Mabuza, L. (2025). Occupational therapy interventions for community re-integration of mental health care users with severe mental illness in low- and middle-income countries: a scoping review. <https://open.uct.ac.za/items/e55e42fc-8959-4dda-9cc2-0bef13f41287>
- Martínez-Campos, A., Compañ-Gabucio, L., Torres-Collado, L., & La Hera, M. G. (2022). Occupational Therapy Interventions for Dementia Caregivers: Scoping Review. *Healthcare*, 10(9), 1764. <https://doi.org/10.3390/healthcare10091764>

- Mendoza, G. L. C., Lozano, N. S. R., Pilozo, B. J. D., & Tumbaco, K. D. C. (2025). Terapia ocupacional en la salud mental de pacientes geriátricos. *Reincisol*, 4(7), 1534–1547. [https://doi.org/10.59282/reincisol.v4\(7\)1534-1547](https://doi.org/10.59282/reincisol.v4(7)1534-1547)
- Nasiri, E., Nouri, A. K., Hosseini, S. A., & Mandani, G. (2025). A systematic review of occupation- and activity-based health management interventions for adult patients with severe mental disorders. *Journal of Education and Health Promotion*, 14(1), 87. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1036_23
- Oz, S. D., Sezer, E., & Yildirim, D. (2023). The effect of occupational therapy on anxiety, depression, and psychological well-being in older adults: a single-blind randomized-controlled study. *European Geriatric Medicine*, 15(1), 217–223. <https://doi.org/10.1007/s41999-023-00900-z>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Parsonage-Harrison, J., Birken, M., Harley, D., Dawes, H., & Eklund, M. (2022). A scoping review of interventions using occupation to improve mental health or mental wellbeing in adolescent populations. *British Journal of Occupational Therapy*, 86(3), 236–250. <https://doi.org/10.1177/03080226221110391>
- Petersen, K. S., Bjørkedal, S. T. B., Torsting, A. M., & Eplov, L. F. (2019). Occupational therapy interventions in mental health: a scoping review of recent evidence. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 26(9), 1–21. <https://doi.org/10.12968/ijtr.2016.0070>
- Pisegna, J., Anderson, S., & Krok-Schoen, J. L. (2022). Occupational therapy interventions to address depressive and anxiety symptoms in the Physical Disability Inpatient Rehabilitation Setting: a systematic review. *American Journal of Occupational Therapy*, 76(1). <https://doi.org/10.5014/ajot.2022.049068>
- Queiroz, A. G., Galan, A. C., Darbyshire, L., Smith, J., & Lawson, L. M. (2021). Leisure in mental health occupational therapy interventions: a qualitative investigation. *Research Society and Development*, 10(11), e200101119439. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i11.19439>
- Rocamora-Montenegro, M., Compañ-Gabucio, L., & De La Hera, M. G. (2021). Occupational therapy interventions for adults with severe mental illness: a scoping review. *BMJ Open*, 11(10), e047467. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-047467>
- Rodríguez Pérez, S., Costa Oliveira, M., & Torres Flores, A. M. (2021). El Impacto de la Terapia Ocupacional en la Calidad de Vida de Pacientes con Enfermedades Neurológicas. *Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano*, 2(1), 20–34. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v2i1.12>

- Swarbrick, M., & Noyes, S. (2018). Effectiveness of occupational therapy services in mental health practice. *American Journal of Occupational Therapy*, 72(5), 7205170010p1-7205170010p4. <https://doi.org/10.5014/ajot.2018.725001>
- Talavera-Valverde, M. (2025, November 20). The Essential Role of Occupational Therapy for Individuals with Severe Mental Disorder: Insights from Our Scoping Review. *Research Communities* by Springer Nature. <https://communities.springernature.com/posts/the-essential-role-of-occupational-therapy-for-individuals-with-severe-mental-disorder-insights-from-our-scoping-review>
- Talavera-Valverde, M., Ben, A. P., & Souto-Gómez, A. (2025). Scoping Review of Occupational Therapy Interventions for Individuals Diagnosed with Severe Mental Disorder. *Journal of Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*. <https://doi.org/10.1007/s40737-025-00508-5>
- Uceda-Portillo, C., Aranda-Valero, S., & Moruno-Miralles, P. (2024). Occupational Therapy Interventions to Improve the Quality of Life of Older Adults with Dementia Living in Nursing Homes: A Systematic Review. *Healthcare*, 12(9), 896. <https://doi.org/10.3390/healthcare12090896>
- Uceda-Portillo, C., Talavera-Valverde, M., Souto-Gómez, A., & Moruno-Miralles, P. (2025). Occupational therapy interventions to improve the quality of life of healthy older people living in nursing homes: Scoping review. *SAGE Open*, 15(2). <https://doi.org/10.1177/21582440251340604>

CONFLICTO DE INTERESES

“Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses”.