



## Efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso en dolor crónico: un estudio longitudinal

Juan R. Castaño-Asins<sup>1</sup>, Juan P. Sanabria-Mazo<sup>2,3</sup>, Antonio Montes<sup>1</sup>, Víctor Pérez<sup>1</sup>, Mireia Juncosa-Naveros<sup>4</sup> y Juan V. Luciano<sup>2,3,4</sup>

<sup>1</sup>Hospital del Mar, <sup>2</sup>Parc Sanitari Sant Joan de Déu, <sup>3</sup>CIBERESP y <sup>4</sup>Universitat Autònoma de Barcelona

### INTRODUCCIÓN

El dolor crónico afecta a cerca del 25% de la población en España y está asociado con un alto malestar psicológico.

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) ha demostrado ser beneficiosa para reducir la interferencia del dolor y mejorar la flexibilidad psicológica.

### OBJETIVO

Evaluar la efectividad de la ACT para mejorar variables psicológicas y funcionales en personas con dolor crónico.

### MÉTODO

#### Diseño

Estudio longitudinal pre, post y seguimiento (6 meses) sin grupo control.

#### Muestra

111 participantes (edad media = 57.1; 87% mujeres) con dolor crónico que recibieron ACT por videoconferencia (10 sesiones).

#### Variables psicológicas

Aceptación del dolor (CPAQ-8), inflexibilidad psicológica (PIPS), ansiedad y depresión (HADS), catastrofismo ante el dolor (PCS), kinesiofobia (TSK) y salud mental percibida (SF-12).

#### Variables funcionales

Interferencia (BPI) e intensidad del dolor (NRS) y calidad de vida funcional y mental (SF-12).

### RESULTADOS

#### Efectividad ACT

	Pre	Post	6 meses	p
Interf. dolor (0-10)	8.4	6.1	6.8	.01
Inten. dolor (0-10)	6.8	6.5	6.8	.04
Catastrofismo (0-52)	38.1	26.1	29.8	.01
Inflexibilidad (0-72)	65.5	46.5	51.3	.01
Ansiedad (0-21)	13.5	9.6	10.9	.01
Depresión (0-21)	13.3	8.4	9.6	.01
Kinesiofobia (11-44)	31.3	24.9	26.6	.01
Acept. dolor (0-48)	23.8	45.2	38.9	.01
Cal. funcional (0-100)	26.6	27.7	27.5	.06
Cal. mental (0-100)	27.2	37.2	34.2	.01

### CONCLUSIONES

La ACT es efectiva para reducir la interferencia del dolor y mejorar variables psicológicas y funcionales en personas con dolor crónico.

Los análisis de *cumplidores* y *respondedores* confirmaron la consistencia de los efectos de ACT en un contexto clínico real.

La intensidad del dolor y el catastrofismo ante el dolor basal fueron predictores de mayor interferencia del dolor después del tratamiento.

### AGRADECIMIENTOS

Los autores agradecen el apoyo del Centro de Investigaciones Biomédicas en Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP, CB22/02/00052). Declaran, además, no tener conflicto de intereses.

### REFERENCIA

Castaño, J. R., Sanabria, J. P., Luciano, J. V., Barceló, A., Martín, L. M., Del Arco, A., Lafuente, J., Bulbena, A., Pérez, V., & Montes, A. (2023). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for the management of postsurgical pain: Study protocol of a randomized controlled trial (SPINE-ACT study). *Journal of Clinical Medicine*, 12(13), 4066. <https://doi.org/10.3390/jcm12134066>