



Efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso en personas con dolor candidatas a cirugía lumbar: resultados preliminares de un ensayo controlado aleatorizado

Juan P. Sanabria-Mazo^{1,2}, Juan R. Castaño-Asins³, Antonio Montes³, Víctor Pérez³, Laura Vargas-Nicolás⁴ y Juan V. Luciano^{1,2,4}

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

INTRODUCCIÓN

El dolor postquirúrgico persistente se relaciona con factores psicológicos como la ansiedad, el catastrofismo y la inflexibilidad psicológica.

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) es eficaz para disminuir el malestar psicológico vinculado al proceso quirúrgico.

OBJETIVO

Evaluar la eficacia de ACT para mejorar variables psicológicas y funcionales en personas con dolor lumbar crónico (DLC) candidatas a cirugía.

MÉTODO

Diseño

Ensayo clínico controlado aleatorizado con seguimiento a 6 meses.

Muestra

36 participantes con DLC que recibieron ACT por videoconferencia (8 sesiones) y 33 participantes que recibieron tratamiento habitual (edad media = 58 años; 48% mujeres).

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), discapacidad (OLBPDQ) y calidad de vida funcional y mental (SF-12).

RESULTADOS

Efectividad ACT

	ACT		TAU		p
	Pre	Post	Pre	Post	
Interf. dolor (0-10)	8.0	5.8	8.2	8.3	.01
Inten. dolor (0-10)	6.2	6.5	6.6	6.8	.53
Ansiedad (0-21)	11.3	6.1	12.0	10.4	.01
Depresión (0-21)	10.4	6.3	10.9	9.0	.01
Catastrofismo (0-52)	34.8	23.1	34.7	30.6	.01
Kinesiofobia (11-44)	29.7	25.5	29.8	28.4	.06
Acept. dolor (0-48)	24.1	37.9	26.3	28.4	.01
Inflexibilidad (0-72)	61.4	45.3	62.4	58.4	.01
Cal. funcional (0-100)	26.9	27.5	26.7	27.4	.96
Cal. Mental (0-100)	30.7	39.2	30.5	32.0	.01
Discapacidad (0-100)	46.8	30.8	46.8	44.6	.04

CONCLUSIONES

La ACT fue efectiva para reducir la interferencia del dolor y mejorar variables psicológicas relevantes en personas con DLC candidatas a cirugía.

Los análisis de *respondedores* indicaron que quienes presentaban mayor inflexibilidad psicológica y menor calidad de vida mental basal fueron quienes más se beneficiaron de ACT.

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-Asins, J. R., Barceló-Soler, A., Royuela-Colomer, E., Sanabria-Mazo, J. P., ..., & Luciano, J. V. (2025). Effectiveness of perioperative psychological interventions for the reduction of postsurgical pain intensity, depression, anxiety, and pain catastrophising: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Anaesthesiology*. <https://doi.org/10.1097/EJA.0000000000002157>