



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Informe final de investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

TRABAJO DE TITULACIÓN

Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos

Autor:

Kerly Gabriela Zumba Vargas

Tutor:

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo

Riobamba – Ecuador

2021

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del Tribunal de Graduación del proyecto de investigación titulado “EFICACIA DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN ADULTOS”, presentado por la Srta. Kerly Gabriela Zumba Vargas con C.C. 160056501-2, dirigido por Mgs Juan Pablo Mazón Naranjo.

Una vez realizado el informe final del proyecto de investigación escrito, con fines de titulación, en el cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remiten la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo

Tutor



Mgs. Gina Alexandra Pilco Guadalupe

Miembro de Tribunal



Mgs. César Eduardo Ponce Guerra

Miembro de Tribunal



Firmado electrónicamente por:
**CESAR EDUARDO
PONCE GUERRA**

Riobamba, 31-05-2021

APROBACIÓN DEL TUTOR

Mgs. Juan Pablo Mazón Naranjo, docente de la carrera de Psicología Clínica de la Facultad Ciencias de la Salud, en la Universidad Nacional de Chimborazo.

CERTIFICO

Haber revisado y asesorado el informe final del proyecto de investigación titulado: **EFICACIA DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN ADULTOS**, realizado por la Srta. KERLY GABRIELA ZUMBA VARGAS con C.C. 160056501-2, el mismo que cumple con los parámetros establecidos por la institución, por lo tanto, se encuentra **APROBADO Y APTO PARA PRESENTARSE A LA DEFENSA.**

Para constancia de lo expuesto firma:



Mgs. Juan Pablo Mazón

TUTOR

Riobamba, 07 de abril del 2021

AUTORÍA

Yo, Kerly Gabriela Zumba Vargas con C.C. 160056501-2, declaro ser responsable de las ideas, resultados y propuestas planteadas en este proyecto de investigación titulado: “EFICACIA DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN ADULTOS”, y que el patrimonio intelectual del mismo pertenece a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Kerly Gabriela Zumba Vargas

C.C. 160056501-2

AGRADECIMIENTO

A Dios porque ha estado conmigo y ha guiado mis pasos en todo momento. A mis profesores porque compartieron su conocimiento conmigo permitiéndome ahora estar aquí, a mi tutor por guiarme en la elaboración de este trabajo, y a todas las personas que fueron parte de esta gran experiencia académica y de vida.

DEDICATORIA

A mis padres por haberme forjado como la persona que soy, porque a pesar de las dificultades creyeron en mí y dieron todo de si para que pueda estar aquí. A mis amigos, porque ellos hicieron de esta experiencia, la más gratificante, su compañía me brindó felicidad. Finalmente, dedico este trabajo con especial cariño a mi compañero de vida por haber tomado mi mano durante todo el camino.

INDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL	I
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	II
AUTORÍA.....	III
AGRADECIMIENTO.....	IV
DEDICATORIA	V
RESUMEN	IX
ABSTRAC	X
CAPITULO I. INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO II. METODOLOGÍA	13
Población.....	13
Muestra	14
Métodos de estudio	19
Técnica de estudio y materiales empleados	19
Consideraciones éticas	19
CAPITULO III.....	21
CONCLUSIONES	40
RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
ANEXOS	46
Anexo N. 1. Resolución del proyecto de investigación entregada por el Decanato.....	46
Anexo N.2 URKUND	47
Anexo N. 3 Ficha de revisión documental.....	48

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. Criterios de selección de artículos.....	14
TABLA 2. Criterios utilizados para determinar la calidad metodológica.....	16
TABLA 3. Proceso de revisión de calidad metodológica.....	17
TABLA 4. Triangulación de los resultados obtenidos y aporte personal.....	24
TABLA 5. Estrategia para la implementación de la terapia de aceptación y compromiso en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas	37
TABLA 6. Documentos seleccionados tras la lectura crítica	48

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. Estructura de la estrategia de búsqueda realizada para la recolección de documentos científicos para la presente investigación bibliográfica.....	15
--	-----------

RESUMEN

Las psicoterapias tradicionales evidencian un alto índice de deserción y recaídas en el tratamiento del abuso y dependencia de sustancias psicoactivas, por ello es importante encontrar terapias psicológicas que brinden tratamientos efectivos para esta problemática. A través de esta revisión bibliográfica se buscó sistematizar información sobre la aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos para determinar su eficacia. Para ello se realizó un estudio con enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo con diseño transversal, pues se analizará información incluida en documentos publicados en el periodo comprendido desde el año 2015 al año 2020 con el fin de para sintetizarla e interpretarla. La población estuvo conformada por 700 documentos, de los cuales, por criterios de inclusión y exclusión se escogió 36 artículos para determinar su calidad metodológica, quedando como muestra 12 de ellos, posterior se realizó la triangulación de la información a través de una tabla comparativa en la que se pudo analizar los resultados de los estudios evidenciando que esta terapia, es efectiva en el tratamiento del consumo de sustancias, ya que muestra mayor efectividad al eliminar la conexión entre el pensamiento, situación y la acción del individuo asociado al consumo, incluso ha logrado mayores niveles de abstinencia en periodos más largos.

Palabras clave: Aceptación y compromiso, sustancias psicoactivas, adultos.

ABSTRAC

Traditional psychotherapies show a high rate of desertion and relapse in the treatment of psychoactive substance abuse and dependence. Thus, it is vital to find psychological therapies that provide effective treatments for this problem. Therefore, this literature review sought to systematize information on the application of acceptance and commitment therapy in the consumption of psychoactive substances in adults to determine its effectiveness. For this purpose, a study was conducted with a quantitative approach, descriptive level with a cross-sectional design, since information included in documents published in 2015 to 2020 will be analyzed to synthesize and interpret it. The population consisted of 700 documents, of which, by inclusion and exclusion criteria, 36 articles were chosen to determine their methodological quality, leaving as a sample 12 of them. Subsequently, the triangulation of information was performed through a comparative table. It was possible to analyze the results of the studies evidencing that this therapy is effective in treating substance use. Thus, it shows greater effectiveness in eliminating the connection between the thought, situation, and action of the individual associated with consumption even has achieved higher levels of abstinence in more extended periods.

Keywords: Acceptance and commitment, psychoactive substances, adults.

Reviewed by:

Dr. Narcisa Fuertes, PhD.

ENGLISH PROFESSOR

Cc: 100209116

CAPITULO I. INTRODUCCIÓN

Lejuez menciona que el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) ha sido considerado como un problema de índole tanto social como de salud, de alcance mundial, que afecta a un gran número de personas, sin importar edad, sexo, etnia o posición económica; a su vez, el uso, abuso y en casos más extremos, dependencia hacia estas sustancias, manifiesta una amplia gama de dificultades emocionales y cognitivas (Perea-Gil, 2017).

A más de lo mencionado, las personas que consumen este tipo de sustancias suelen presentar problemas familiares, laborales, personales, relacionales, entre otros; pues el consumo, con el paso del tiempo, va a deteriorar de forma global al individuo.

Por ello, la Organización Mundial de la Salud (1994) en su glosario de términos de alcohol y drogas define a la sustancia o droga psicoactiva como aquella sustancia que, al ser ingerida, ejerce sus efectos principalmente en el sistema nervioso central, alterando las funciones cognitivas, afectivas y motoras.

Además, la Organización Mundial de la Salud (1994) menciona que este término y su similar, droga sicotrópica, son los términos más descriptivos para referirse a todas las clases de sustancias, naturales o sintéticas, legales o ilegales, que figuren en la lista del convenio de sustancias psicotrópicas; cabe aclarar que “Psicoactivo” no involucra que estas sustancias necesariamente provoquen dependencia.

Así, la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2016) en su publicación *Terminology and Information on Drugs*, menciona que sustancia psicoactiva es “Cualquier sustancia química que afecta a la mente o a los procesos mentales”.

En efecto, dentro del Convenio sobre Sustancias Sicotrópicas de 1971, las medidas de fiscalización se clasifican en cuatro listas, según la relación entre la utilidad terapéutica y el riesgo para la salud pública de las sustancias, en las cuatro listas se utiliza una escala móvil de las dos variables: la Lista I implica un riesgo particularmente grave para la salud pública y una escasa o nula utilidad terapéutica; la Lista II incluye un riesgo grave para la salud pública y utilidad terapéutica baja - moderada, la Lista III, riesgo moderado para la salud pública y utilidad terapéutica moderada - alta, por último, la Lista IV implica un menor riesgo para la salud pública y una mayor utilidad terapéutica (UNODC, 2016).

Del mismo modo, el observatorio nacional de drogas de Colombia (2020), en base a datos emitidos por la OMS proporciona una clasificación de las SPA, mencionan que estas se pueden clasificar según sus efectos en el sistema nervioso central (SNC) en estimulantes (cocaína y anfetaminas), depresoras (alcohol y benzodiazepinas) y alucinógenas (cannabis, LSD, éxtasis, PCP y ketamina); según su origen, naturales o sintéticas; y según su situación legal en lícita (tabaco) o ilícitas (marihuana, heroína).

También se hace referencia a nuevas SPA, dentro de la clasificación de sustancias propuesta, cabe aclarar que este término no es equivalente a drogas de nueva síntesis, pues, aunque algunas sustancias pertenecientes a este grupo son de reciente síntesis, otras son ya conocidas, lo que hace que integren esta categorización es el nuevo uso indebido, la difusión, divulgación, forma de adquisición y, sobre todo, la velocidad en que sus formulaciones químicas sufren modificaciones (González y Llorens, 2014).

Se debe agregar que existen diversas formas de consumo de sustancias, el consumo de riesgo muestra pautas de uso de importancia para la salud pública, a pesar de la ausencia de cualquier trastorno actual en el usuario; el consumo perjudicial, causa daños a la salud física y mental, además de consecuencias sociales; la dependencia, en cambio, comprende un conjunto de fenómenos fisiológicos, conductuales y cognitivos, de intensidad variable, en la que el uso de una o varias drogas adquiere gran prioridad, implicando la necesidad de dosis repetidas, e indicando que la persona ha perdido el control del uso de la sustancia, pues mantiene su uso a pesar de las consecuencias adversas (UNODC, 2016).

Así mismo, las estadísticas muestran que el consumo de SPA, con el paso de los años, ha aumentado significativamente su prevalencia a nivel mundial, según el informe mundial sobre drogas 2019, aproximadamente 35 millones de personas padecen trastornos por consumo de drogas y 11 millones de personas se las inyecta; pone en evidencia también, que, una de las consecuencias nocivas para la salud es la carga de morbilidad, pues es más pesada de lo esperado, ya que ha ocasionado más de medio millón de muertos y se han perdido 42 millones de años de vida sana (UNODC, 2019).

Según el Informe Mundial de Drogas 2018, el número de personas en todo el mundo que ha consumido SPA por lo menos una vez al año se mantuvo estable en 2016 con alrededor de 275 millones de personas, es decir, aproximadamente el 5,6% de la población mundial de 15 a 64 años, además, en este se concluye que el consumo de drogas y los daños

conexos son más altas en los jóvenes en comparación con las personas mayores, siendo los opiáceos los causantes del mayor daño, representando el 76 % de las muertes asociadas al consumo; y la cocaína la sustancia de mayor consumo en los países desarrollados, alcanzando el consumo alrededor del 2% de la población (UNODC, 2018).

Además, el Informe Mundial de Drogas 2018, arroja datos sobre el consumo de SPA en Las Américas, señala que, en América del Norte, específicamente en Estados Unidos, existe una prevalencia alta de consumo de drogas, alcanzando los primeros lugares a nivel mundial; no muy por debajo se encuentra Canadá, con un alto consumo de Marihuana principalmente; en la zona del Caribe también se evidencia consumo de cocaína y anfetaminas, especialmente en Costa Rica y Panamá; América del Sur no se queda atrás, las principales drogas consumidas son cocaína, heroína y marihuana (UNODC, 2018).

Los datos expuestos muestran la alta prevalencia del consumo de SPA a nivel mundial, y que, según las cifras, irá en aumento si no se busca alternativas, no para curar el mal, sino, concientizar a los posibles consumidores y a los consumidores, darles vías de salida a esta enfermedad.

Al mismo tiempo el informe sobre el consumo de drogas en las Américas 2019 revela que Ecuador reporta una prevalencia de consumo de alcohol del 15%, consumo de tabaco del 10%, cocaína 2.14%, marihuana 2% y otro tipo de drogas con alrededor del 1%, aproximadamente, con mayor incidencia de consumo en varones, datos obtenidos hasta cerca del 2014 (OEA, 2019). Los datos revelan que a nivel de Ecuador existe una alta prevalencia de consumo de SPA, mostrando que esta es una problemática a la que los sistemas de salud le deben dar mayor prioridad.

Es importante añadir que, en Ecuador, el consumo de drogas muestra un comportamiento diferenciado según el territorio, el grupo de edad y el género, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2012, la prevalencia mensual del consumo de alcohol y tabaco, según la edad, se centra alrededor de los 20 a 59 años; de la población general el 41,3% consumen alcohol y el 31,5% tabaco.

Así mismo, la Encuesta sobre Uso y Consumo de Drogas en estudiantes en el año 2016, expone que el consumo de marihuana fue de 9,6%, siendo mayoritario el consumo en hombres en las provincias de Morona Santiago, Manta y Loja; así también se evidencia que las provincias con mayor tasa de primeras atenciones ambulatorias por cada 10.000

habitantes fueron Orellana, Carchi y Morona Santiago; en el caso de la cocaína, correspondieron a Guayas, Orellana y El Oro; y por consumo de heroína encontramos a Guayas, Santa Elena y Galápagos (Secretaría Técnica de Prevención Integral de Drogas, 2017).

Por otro lado, tomando en cuenta las muertes por consumo de drogas, se observa que en el año 2015 se produjeron 8.693 muertes en Ecuador, lo que representa el 13,42% del total de muertes, mientras que la tasa bruta de mortalidad por consumo de sustancias se ubicó en 534 casos por millón de habitantes, de esta el 5,18% se atribuye a muertes directas, y el 94,82% restante corresponde a muertes parcialmente atribuibles a dicho consumo (Secretaría Técnica de Prevención Integral de Drogas, 2017).

A pesar de que existen diversas psicoterapias que se practican para el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas, muchas han sido ineficaces, pues se centran en tratar de modificar la conducta del cliente, y no en que el cliente adquiera destrezas que le permitan adoptar y mantener modos de vida saludable.

Por ello es importante también caracterizar el significado de eficacia en el ámbito de la psicología, este término hace referencia a la habilidad o capacidad del tratamiento para realizar cambios psicológicos en la dirección deseada, ya que el cliente adquiere una serie de habilidades que le serán útiles e irán más allá al fin del tratamiento, y se mantendrán en el tiempo, disminuyendo la probabilidad de tratamientos futuros (Ferrari, 2014).

Es así que, para que una terapia o psicoterapia sea considerada psicoterapéutica “debe basar sus intervenciones en una teoría científica del funcionamiento y del cambio conductual, cognitivo y afectivo de las personas, y presentar un conjunto organizado de técnicas, estrategias, capacidades o formas de promover una mejoría en las condiciones iniciales que generaron el motivo de consulta y su sintomatología posterior (Benito y Ezequiel, 2009).

Con el avance de la sociedad, también ha progresado la incidencia de los trastornos mentales en la misma, esto, como consecuencia de la acelerada vida que como individuos llevamos, así también, ha avanzado el estudio de la psicología, desarrollando, en base a investigaciones, nuevos enfoques y terapias, eficaces para tratar trastornos mentales.

Hayes ha diferenciado a las psicoterapias conductuales en Generaciones u olas, en la actualidad existen tres generaciones, la primera generación fue, en parte, una rebelión contra las prevalecientes concepciones clínicas; la segunda, con la Terapia Cognitiva, que hasta el momento ha alcanzado gran eficacia en el tratamiento de diversas patologías psicológicas; y la terapia de tercera generación, postula que el hombre va más allá de una cognición o conducta afectada, es decir, así la cognición presente afectación, existen más factores a tomar en cuenta, como lo es la función de una cognición, que es muy diferente a la forma o contenido de la misma (Luciano, Páez-Blarrina y Valdivia, 2006).

Esta tercera ola de conductismo apoya la apertura y aceptación de los acontecimientos psicológicos, incluidos los que tradicionalmente se perciben como negativos o irracionales, su propósito principal es alentar a las personas a responder a las situaciones de manera constructiva, y al mismo tiempo negociar y aceptar los acontecimientos cognitivos desafiantes y los correspondientes sentimientos, en lugar de reemplazarlos (Larmar, Wiatrowski y Lewis-Driver, 2014).

Una característica clave es el énfasis en la noción de que los comportamientos y las emociones pueden existir de forma simultánea e independiente, por ello anima al individuo a aceptar e integrar en sus experiencias vividas, sus respuestas afectivas desafiantes y a reconocer y eliminar las dimensiones de control que las situaciones contextuales específicas ejercen sobre él (Larmar, Wiatrowski y Lewis-Driver, 2014).

La terapia de aceptación y compromiso (ACT), terapia de tercera generación, se postula como el enfoque terapéutico más completo de los que definen la Tercera Generación de Terapias, siendo esta una de sus ventajas, se debe tener en cuenta que por ser una psicoterapia nueva, aún no hay suficientes estudios que la respalden, pero así también es importante mencionar que tiene teorías específicas en su base, que recoge la filosofía y conocimientos del Análisis Experimental y Aplicado del Comportamiento, que valida su eficacia (Luciano et al., 2006).

Esta terapia pone en evidencia que el sufrimiento forma parte exclusiva del ser humano, para explicar este enunciado Hayes pone como ejemplo, como en el suicidio, la muerte por decisión propia es un acto consciente y deliberado convirtiéndose en el resultado menos deseable de la vida, resultando la forma más dramática de actividad insana que está presente en la vida de los seres humanos pero no entre los demás seres vivos,

concluyendo que existe algo único en los seres humanos, un proceso que lleva con tanta facilidad al sufrimiento psíquico (Hayes, 2015).

Hayes (2015) se refiere específicamente a aquellos procesos relacionados con el lenguaje, incluyendo a los eventos internos (pensamientos, emociones, sensaciones) que se dan de forma interna, pues a estos los denomina conducta verbal, ya que una persona en su intento de controlarlos o evitarlos solo sufre más, por ello su enfoque terapéutico se basa en la aceptación de estos, a pesar del malestar o sufrimiento que puedan causar, tratando de normalizar que el sujeto pueda realizar acciones que no estén relacionadas o no refuercen estas conductas.

Dentro de las bases teóricas de ACT está el contextualismo funcional, este supone que, cuando un individuo percibe un acontecimiento como un acontecimiento, se trata de un acto psicológico, estas interacciones se dan en un contexto histórico y situacional definido; en resumen, el propósito analítico específico del contextualismo funcional en ACT es la predicción e influencia de las interacciones psicológicas con precisión, alcance y profundidad de la función que cumple una conducta o comportamiento en la persona que la realiza, considerando los eventos psicológicos como acciones continuas de todo el organismo (Hayes, Vilaradaga y Schelin, 2007).

Ahora bien, la teoría del marco relacional (RFT) es una explicación post-skinneriana del lenguaje y de la cognición, en el sentido de que conserva los supuestos centrales del ala contextualista del análisis de la conducta; su idea central dice que hay operantes relacionales, es decir, clases de comportamiento moldeadas por sus consecuencias, y se refuerzan o debilitan según los principios de refuerzo positivo, refuerzo negativo, extinción y castigo, y que todos los organismos complejos pueden relacionar eventos debido a sus propiedades formales pero los humanos derivan esa actuación relacional y la ponen bajo un control contextual arbitrario (Hayes et al., 2007).

Por ejemplo, un animal no humano puede aprender fácilmente que una moneda de cinco centavos es mayor que una de diez; pero los organismos verbales pueden aprender por atribución que el valor de cinco centavos es menor que el de diez, así pues, la RFT sostiene que lo especial del lenguaje humano es su base aprendida en la respuesta relacional aplicable arbitrariamente (Hayes et al., 2007).

Este proceso psicológico es de importancia fundamental para la supervivencia del individuo en su entorno y, según la RFT, es responsable del éxito evolutivo de la especie humana en comparación con otros organismos, sin embargo, este proceso tiene el efecto contrario de mantener la presencia de experiencias psicológicas perturbadoras a través de casi cualquier tipo de evento en virtud de la cualidad bidireccional y combinatoria de este tipo de respuesta (Hayes et al., 2007).

Dentro de la propuesta teórica de la ACT se postula que los procesos que la integran están enmarcados dentro del Hexaflex, modelo que une seis procesos que contribuyen a la inflexibilidad psicológica y muchas formas de sufrimiento humano, a su vez, cada uno con su proceso de intervención, diseñados para aumentar la flexibilidad psicológica de la persona (Maero, 2013).

Según Nikolic (2019), el "Hexaflex" es el modelo clave del marco de la ACT, cada uno de los seis procesos centrales constituye la estructura de la formulación del caso y guía el tratamiento, y que cuando los clientes trabajan en estas áreas clave, aprenden dónde se están enredando y cómo desatarse, pues el objetivo no es sólo reducir el sufrimiento humano, sino también promover vidas ricas, significativas y vibrantes.

Es decir, la ACT se dirige a cada uno de los siguientes problemas centrales con el objetivo general de aumentar la flexibilidad psicológica, en otras palabras, la capacidad de entrar en contacto con el momento presente de forma más plena como ser humano consciente, y de cambiar o persistir en la conducta cuando ello sirva para fines valiosos, esta se establece a través de seis procesos centrales, cada una de estas áreas se conceptualiza como una habilidad psicológica positiva, no como un mero método para evitar la psicopatología (Hayes et al., 2006).

En primer lugar, la atención y la detección aumentan la probabilidad de que se detecte el dolor o las amenazas de dolor, lo que significa que una mayor parte del entorno actual se relacionará con el dolor; la huida y la evitación aumentan la importancia funcional del acontecimiento; y la vinculación con resultados negativos evoca una reacción negativa, así, la evitación experiencial tiende a incorporar más dolor a la vida en lugar de reducir su función y su ocurrencia (Hayes et al., 2006).

Segundo, la evitación experiencial se aborda mediante el entrenamiento en habilidades de aceptación, pidiendo a los pacientes que se abran a los sentimientos difíciles y a otras

experiencias privadas y que las sientan plenamente, sin defenderse, tal y como las experimentan directamente, pero este proceso no es totalmente posible sin la defusión (Hayes et al., 2006).

La Evitación Experiencial Destructiva es una forma de regulación del comportamiento que consiste en la necesidad de no entrar en contacto con el malestar o escaparse del mismo, llegando este a extenderse e intensificarse, e incluso, puede ser un limitante en la vida; dicho de otro modo, pone a la persona contra las cuerdas porque la envuelve en un sufrimiento abrumador que resulta en insatisfacción personal (Luciano, Páez y Valdivia, 2010).

En el caso de las adicciones, el resultado incluiría otras consecuencias problemáticas asociadas al tipo de droga en cuestión, que además podrían afectar a las personas que rodeen al consumidor, en conclusión, denominamos a esta regulación inflexible como Evitación Experiencial Destructiva, precisamente, si destruye, sin embargo, no da lugar a demonizar la evitación experiencial, ya que puede ser un acto elegido en un determinado momento y, por tanto, no generar insatisfacción (Wilson y Luciano, 2002).

La aceptación se enseña como alternativa a la evitación experiencial, implica la aceptación activa y consciente de aquellos acontecimientos privados ocasionados por la propia historia sin los intentos innecesarios de cambiar su frecuencia o forma, especialmente cuando hacerlo causaría un daño psicológico; la aceptación (y la defusión) en la ACT no es un fin en sí mismo, más bien se fomenta como método para aumentar la acción basada en valores (Hayes et al., 2006).

Tercero, las técnicas de defusión cognitiva intentan alterar las funciones indeseables de los pensamientos y otros eventos privados, en lugar de tratar de alterar su forma, frecuencia o sensibilidad situacional, dicho de otro modo, la ACT intenta cambiar la forma en que uno interactúa o se relaciona con los pensamientos creando contextos en los que sus funciones no útiles disminuyen (Hayes et al., 2006).

Una persona podría dar las gracias a su mente por un pensamiento tan interesante y etiquetar el proceso del pensamiento ("estoy teniendo el pensamiento de que no soy bueno") o examinar los pensamientos, sentimientos y recuerdos históricos que se producen mientras experimenta ese pensamiento (Hayes et al., 2006).

A través de esto se intenta reducir la cualidad literal del pensamiento, debilitando la tendencia a tratar el pensamiento como aquello a lo que se refiere ("no soy bueno") en lugar de lo que se experimenta directamente que es (por ejemplo, el pensamiento "no soy bueno"); el resultado de la defusión suele ser una disminución de la credibilidad o del apego a los acontecimientos privados, más que un cambio inmediato en su frecuencia (Hayes et al., 2006).

Cuarto, estar presente en ACT promueve el contacto continuo y sin juicios de valor con los acontecimientos psicológicos y ambientales a medida que se producen, el objetivo es que los clientes experimenten el mundo de forma más directa para que su comportamiento sea más flexible y, por lo tanto, sus acciones sean más coherentes con los valores que tienen (Hayes et al., 2006).

Esto se consigue permitiendo que la capacidad de trabajo ejerza un mayor control sobre el comportamiento y utilizando el lenguaje más como una herramienta para anotar y describir los acontecimientos, y no solo para predecirlos y juzgarlos; aquí se fomenta activamente un sentido del yo llamado "yo como proceso", que es la descripción continua, sin juicios, de pensamientos, sentimientos y otros acontecimientos privados (Hayes et al., 2006).

Quinto, el yo como contexto, según la RFT, el lenguaje humano conduce a un sentido del yo como locus o perspectiva, y proporciona un lado trascendente y espiritual a los humanos verbales normales, es decir, la idea es que el "yo" emerge sobre grandes conjuntos de ejemplos de relaciones de toma de perspectiva, pero como este sentido del yo es un contexto para el conocimiento verbal, no el contenido de ese conocimiento, sus límites no pueden conocerse conscientemente (Hayes et al., 2006).

Entonces, el yo como contexto es importante en parte porque desde este punto de vista, uno puede ser consciente de su propio flujo de experiencias sin apearse a ellas o una inversión en que las experiencias particulares ocurran: así se fomenta la defusión y la aceptación (Hayes et al., 2006).

Por último, los valores son cualidades elegidas de la acción intencional que nunca pueden obtenerse como un objeto, pero que pueden instanciarse momento a momento. ACT emplea una variedad de ejercicios para orientar al cliente en las elecciones de vida en las que desea enfocarse (familia, carrera, espiritualidad), al tiempo que socava los procesos

verbales que podrían llevar a elecciones basadas en la evitación, la conformidad social o la fusión (por ejemplo, "Debería apreciar X" o "Una buena persona apreciaría Y" o "Mi padre quiere que aprecie Z") (Hayes, et al. 2006).

Entonces, en términos teóricos y de proceso, podemos definir la ACT como una intervención psicológica basada en la psicología conductual moderna, incluida la Teoría del Marco Relacional, que aplica procesos de atención plena y aceptación, y procesos de compromiso y cambio de conducta, a la creación de flexibilidad psicológica (Hayes et al., 2006).

De la misma manera Maero (2013) en una de sus publicaciones recalca que la ACT busca equilibrar los procesos de atención plena y aceptación con los procesos de compromiso y cambio de conducta al servicio de una mayor flexibilidad psicológica y participación en las actividades que importan (los valores).

Al presente, existen varias psicoterapias que ofrecen tratamientos efectivos, con resultados positivos, en la reducción del consumo de sustancias, pero la mayoría de estas terapias se centran especialmente en cambiar o eliminar las conductas problema y los pensamientos desadaptativos, que favorecen al mantenimiento de los síntomas (consumo) para que el individuo vuelva a ser un ente activo y productivo dentro de la sociedad, buscando como fin único, alcanzar la abstinencia del paciente.

A diferencia, la terapia de aceptación y compromiso busca que el consumidor abandone ese esfuerzo innecesario de luchar contra las sensaciones, pensamientos y sentimientos aversivos para aceptarlos tal y como son, pues esta contienda paraliza la vida del paciente impidiéndole dirigirse hacia objetivos personalmente valorados (Barraca, 2007).

También conviene distinguir que la ACT difiere de la Terapia cognitivo conductual convencional en cuanto a sus fines de tratamiento, ya que hace énfasis en cambiar la forma, la frecuencia o intensidad de los eventos privados problemáticos mientras que ACT, por el contrario, se centra en cambiar la relación que el paciente tiene con sus experiencias privadas, y no necesariamente la presencia o la forma de estas experiencias, utilizando metáforas, ejercicios experienciales y estrategias de atención plena y aceptación que permiten al individuo, pensar lo que piensa, sentir sus sentimientos, reconocer su historia y lo que la situación permite, y persistir en acciones que estén al servicio de sus valores (Maero, 2013).

Las diferentes psicoterapias que han sido utilizadas tradicionalmente en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas, ha sido ampliamente aceptadas y practicadas porque ofrecen resultados eficaces a corto plazo y aunque también trabajan en la prevención de recaídas, los datos obtenidos demuestran que a largo plazo son pocos los pacientes que siguen en abstinencia después de terminar su proceso psicoterapéutico.

La principal psicoterapia promocionada por el Ministerio de Salud Pública y utilizada actualmente es la terapia cognitivo conductual ya que al alcanzar resultados a corto plazo resulta ser un tratamiento menos costoso para el gobierno, además, no dedica suficiente interés a temas como el yo o el vínculo infantil, que son temas en los que se enraízan los problemas psicológicos, tampoco emplea con suficiente frecuencia herramientas terapéuticas como el perdón, la compasión o la espiritualidad, etc.

Con base en este criterio, se evidencia que el consumo de sustancias psicoactivas no está siendo tratado como se debe, por ello, es primordial buscar alternativas de tratamientos, que no se enfoquen solo en disminuir costos o resultados rápidos, sino que vayan más allá, y procuren que los individuos que atraviesan esta realidad realmente logren reducir e incluso abandonar el consumo, pero a largo plazo permitiendo a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables acentuados en valores.

Por ello, el objetivo principal de la presente revisión es sistematizar la información sobre la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos y con la evidencia recolectada determinar su eficacia, caracterizándola, y posteriormente especificar en qué tipo de sustancias psicoactivas tiene mayor efectividad la terapia, para finalmente proponer su implementación en el tratamiento del SPA en Ecuador.

OBJETIVOS

General

- Sistematizar la información sobre la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos.

Específicos

1. Caracterizar la terapia de aceptación y compromiso.
2. Especificar en qué tipo de sustancias psicoactivas ha sido efectiva la terapia de aceptación y compromiso, según los autores consultados.
3. Proponer estrategias para la implementación de la terapia de aceptación y compromiso en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas en Ecuador.

CAPITULO II. METODOLOGÍA

El estudio es de nivel descriptivo, porque se buscó caracterizar las variables Terapia de aceptación y compromiso y Consumo de sustancias psicoactivas; con enfoque cuali-cuantitativo por el análisis de la información recolectada y su posterior sistematización, de diseño no experimental ya que no se manipulan las variables y transversal, pues se analizó información incluida en documentos publicados en el periodo comprendido desde el año 2015 al año 2020.

Se realizó la búsqueda y análisis de literatura científica sobre el tema de estudio en bases de datos electrónicos como: Dialnet, PubMed, Science Direct, BMC Public Health, Elsevier, Researchgate, Google académico, Redalyc, Drugs and addictive behavior, Archives of Psychiatry and Psychotherapy, Oxford, BMC Public Health, Journal of Alcoholism & Drug Dependence, Iranian J Psychiatry, Journal of Advanced Pharmacy Education & Research con la consecuente recuperación de artículos científicos internacionales en páginas indexadas como Scielo, Scopus, páginas oficiales como OMS, OPS, UNODC, Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), entre otros, disponibles en el formato de textos completos y con acceso libre a los investigadores.

Se procederá a la triangulación a través de una tabla comparativa de los diferentes autores en los que se podrá analizar los resultados de los estudios en el tratamiento del consumo de sustancias basándose en la terapia de aceptación y compromiso. En esta tabla se encontrará información sobre la identificación del documento y autores, año de publicación, objetivos del estudio, características metodológicas, resultados y conclusiones. La presentación de los resultados y análisis de los datos obtenidos serán de forma descriptiva.

Población

La población de estudio quedó constituida por la totalidad de artículos científicos revisados (N=700) sobre la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas y su eficacia, publicados desde el año 2015 hasta el año 2020; incluyendo informes técnicos, libros, capítulos de libros, artículos y metaanálisis.

Muestra

Para determinar la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, a través de este método se seleccionó un total de 36 documentos en base a criterios de inclusión y exclusión para determinar su calidad metodológica, quedando como muestra 12 de ellos, tanto en idioma inglés como español, entre los años 2015-2020.

Tabla 1.

Criterios de selección de los artículos

Criterio de selección	Justificación
Artículos científicos publicados entre los años 2015 y 2020	Es esencial recabar información actualizada y relevante.
Artículos que contengan información sobre la aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas.	Para determinar la eficacia de la misma.
Estudios experimentales, y cuasi experimentales.	Este tipo de estudios permite dar respuesta al objetivo general de la investigación dirigido a determinar la efectividad de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas
Documentos científicos en idioma inglés y español.	La mayor parte de información sobre el tema revisado se encuentra en idioma inglés.
Estudios que incluyan población adulta específicamente.	La finalidad es conocer la eficacia de la terapia en este grupo etario.
Artículos que incluyan patologías o trastornos asociados, siempre que el consumo sea el problema principal.	Puesto que el consumo de sustancias acarrea más alteraciones secundarias.
Artículos que dispongan en su contenido métodos, resultados y conclusiones.	Conocer cómo se desarrolló el estudio para establecer su calidad metodológica.
Guías, informes y artículos que presenten datos estadísticos sobre consumo de sustancias psicoactivas.	Es importante presentar datos precisos que respalden la problemática evidenciada.

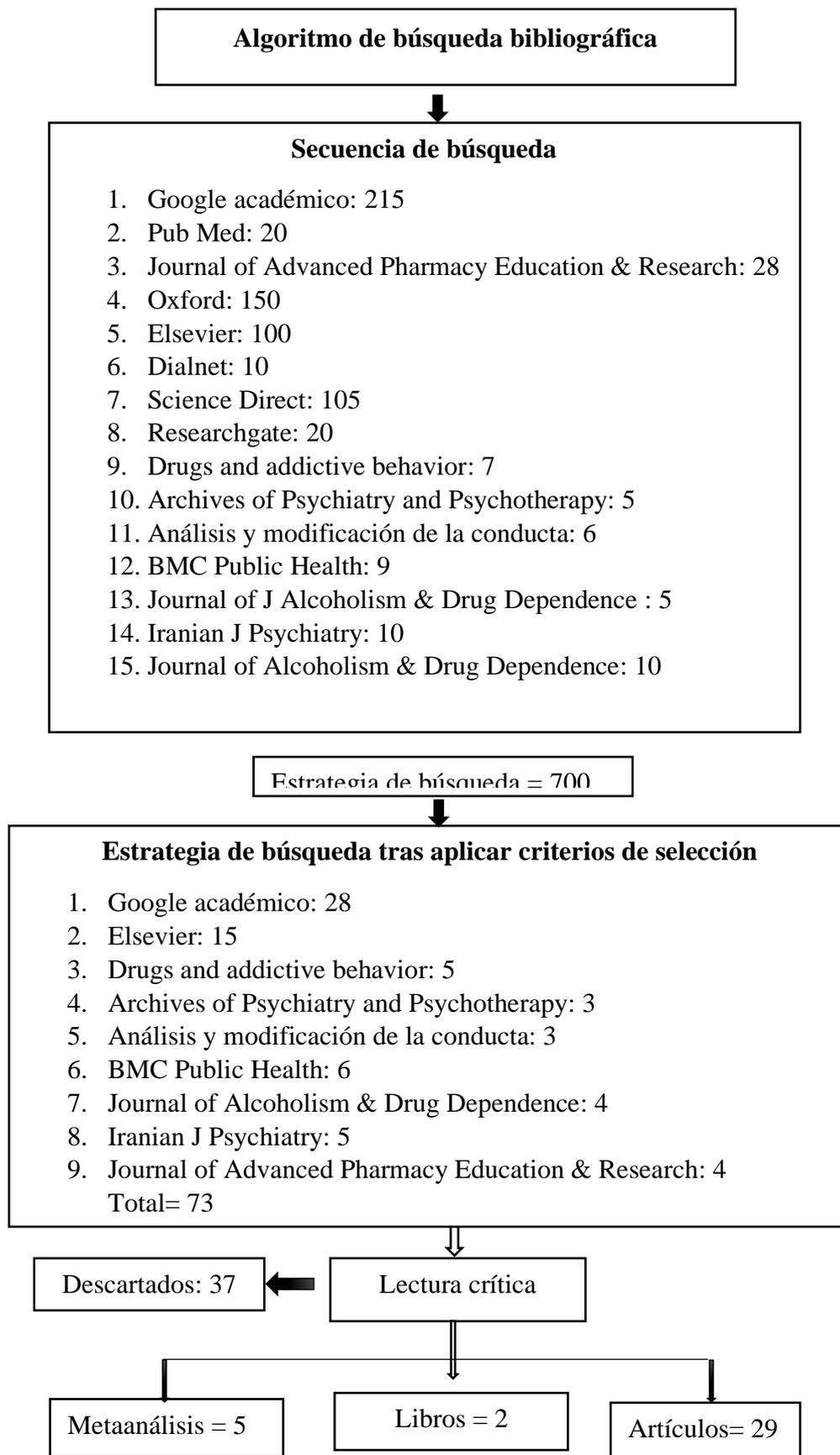


Figura 1. Estructura de la estrategia de búsqueda utilizada para la recolección de documentos científicos para la revisión bibliográfica.

Para determinar la calidad metodológica de los artículos, se empleó la clasificación Critical Review Form- Quantitative Studies (CRF-QS), misma que fue desarrollada por el McMaster University Occupational Therapy Evidence-Based Practice Research Group en el año de 1998 (Law, et al., 1998). CRF-QS consta de 19 ítems, donde cada uno representa un punto positivo, por lo tanto, se otorga un punto al artículo si cumple con el ítem expuesto, de esta manera los puntajes fluctúan entre 0 y 19 (Law, et al., 1998).

Para esta clasificación se cuenta con 5 niveles: el nivel más bajo, cuando los ítems que se cumplieron son ≤ 11 se considera pobre calidad metodológica; entre 12 y 13 ítems, la calidad metodológica es aceptable; entre 14 y 15 es buena, entre 16 y 17 es muy buena y finalmente ítems cumplidos ≥ 18 significa excelente calidad metodológica (Stagg, 2016).

Los 19 ítems son los siguientes (Law, et al., 1998) :

Tabla 2.

Crterios utilizados para determinar la calidad metodológica

Ítems CRF-QS		
Crterios	Ítems	Elementos a evaluar
Propósito del estudio	1	Objetivos claros, medibles, concisos y alcanzables.
Literatura	2	Información relevante para el estudio
Diseño	3	Apropiado para el estudio
	4	No presenta algún tipo de sesgo
Muestra	5	Se describió a detalle la muestra
	6	Se justificó el tamaño de la muestra
	7	Describe procedimientos éticos
Medición	8	Métodos de medición descritos claramente
	9	Fue fiable y valida la medición
Intervención	10	Descripción detallada de la intervención
	11	Evitar contaminación
	12	Evitar co- intervención
Resultados	13	Resultados expuestos de forma estadística

		14	Método de análisis apropiado
		15	Se informó de la importancia clínica
		16	Se informó número de abandonos
Conclusiones	e	17	Conclusiones coherentes
implicación clínica de los resultados		18	Implicación en la práctica clínica de los resultados obtenidos
		19	Conciencia de las limitaciones del estudio

A continuación, se presenta el proceso realizado para determinar la calidad metodológica de los 12 artículos seleccionados como muestra final.

Tabla 3.

Proceso de revisión de calidad metodológica.

No	Título del documento	Total obtenido	Categoría de calidad metodológica
1	Terapia de Aceptación y Compromiso para los trastornos de abuso y dependencia por sustancias: Una revisión descriptiva (Perea-Gil, 2017)	18	Excelente
2	Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones (Páez & Montesinos, 2019).	17	Muy buena
3	Terapia de aceptación y compromiso, estado empírico una revisión de los metaanálisis (Gloster, Wlader, Twohig, & Kerekla, 2020).	18	Excelente
4	Investigating the effect of ACT training on self-efficacy and impulse control of addicts (Nazari & Akbari, 2020).	16	Muy buena
5	Estudio comparativo de la Terapia grupal de Aceptación y compromiso, 12 pasos de narcóticos anónimos y el proceso de rehabilitación de un adicto, ensayo controlado aleatorio (Manoochehr, Farhoudianm, Saadati, Fateme, & Lashani, 2016)	16	Muy buena
6	Efficacy of Acceptance and Mindful Based Relapse Prevention Program on Emotion Regulation	18	Excelente

	Difficulty among Alcoholics in Kerala India (Betsy, 2015).		
7	Effectiveness of an individual acceptance and commitment therapy for smoking cessation, delivered face-to-face and by telephone to adults recruited in primary health care settings: a randomized controlled trial (Wah, Leung, & Loke, 2020).	18	Excelente
8	Acceptance and commitment therapy for clients institutionalized for severe substance-use disorder: a pilot study (Svanberg, Munck, & Levander, 2017).	17	Muy buena
9	A controlled trial of acceptance and commitment therapy for addiction severity in methamphetamine users: preliminary study (Bahrami & Asghar, 2017).	17	Muy buena
10	Systematic Reviews of Mindfulness and Acceptance and Commitment Therapy for Alcohol Use Disorder: Should we be using Third Wave Therapies? Byrne, y otros, 2019).	17	Muy buena
11	The Use of Acceptance and Commitment Therapy in Substance Use Disorders: A Review of Literature (Osajia, Chiedozie, & Saeed, 2020).	18	Excelente
12	The Promise of Third-Wave Behavioral Therapies in the Treatment of Substance Use Disorders (Stotts & Northrup, 2016).	15	Buena

De los 700 documentos encontrados durante las diferentes secuencias de búsqueda se descartaron 688 documentos debido a las siguientes razones:

- No estaban disponibles en texto completo
- Exigencia de pago para descargar el documento
- Población de estudio fuera del rango de edad
- No mostraban resultados claros
- Documentos fuera del rango de años establecidos (2015 y 2020)

Métodos de estudio

Para compilar la información obtenida se consideró aspectos éticos de la investigación y se empleó métodos del siguiente nivel teórico:

- Inductivo-deductivo: agrupar datos y estadísticas significativas sobre el consumo de sustancias psicoactivas a nivel micro, meso y macro, lo que permitió llegar a conclusiones generales sobre la problemática e identificar como actuar a través de la terapia de aceptación compromiso.
- Analítico sintético: utilizada para describir los fundamentos teóricos de la terapia de aceptación y compromiso, iniciando desde su modelo teórico, bases conceptuales y modificaciones para facilitar la comprensión de esta terapia.

Técnica de estudio y materiales empleados

Para la obtención de los datos se utilizó la técnica de recopilación de documentos a través de un algoritmo de búsqueda y su posterior organización se la realizó por medio de una matriz de revisión bibliográfica, esto en base a criterios de selección de inclusión y exclusión, lo que permitió elegir los documentos con mayor información de relevancia, una vez considerados aptos para ser usados en la revisión se procedió a un análisis más detallado de la información contenida, su metodología y resultados.

A través de este método se logró obtener datos significativos que permitieron la sistematización de la información, entre ellos se encuentran:

- Variedad de fuentes de datos sobre la ACT y consumo de sustancias.
- Información teórica sobre la terapia de aceptación y compromiso
- Resultados de la aplicación de la ACT en el consumo de sustancias psicoactivas en población adulta.
- Datos referentes a la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso.

Consideraciones éticas

La presente revisión bibliográfica se realizó respetando los principios bioéticos de la investigación científica (beneficencia, autonomía, justicia y no maleficencia) en el

manejo de la información obtenida a lo largo de la investigación. Se busca generar un aporte significativo para futuras investigaciones en el área del consumo de sustancias, procurando que la información contenida aquí genere una contribución positiva en la validación de la ACT como un tratamiento viable y efectivo.

CAPITULO III. DESAROLLO

Los resultados muestran que la Terapia de Aceptación y Compromiso ha sido aplicada para el tratamiento con personas con problemas relacionados al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en procesos de institucionalización (centros de adicción) y centros de privación de libertad de países como: Colombia, España, Irán, La India, EE. UU, Australia, China, India, Suiza, además se ha encontrado que su aplicabilidad se ha ampliado también en la terapia grupal, mostrando su efectividad y viéndose como una alternativa prometedora para el tratamiento de adicciones, así como lo describen los siguientes estudios.

Para Nazari & Akbari (2020) en su estudio sobre el efecto de la Terapia de Aceptación y Compromiso grupal en el desarrollo de la autoeficacia y el control de impulsos en personas con adicción alojadas en centros de tratamiento de Gorgan, evidencian que la terapia puede utilizarse como una solución no farmacológica eficaz para reducir la impulsividad y aumentar la autoeficacia en las mujeres con abuso de drogas, se utilizó un diseño cuasi experimental con un grupo control y uno experimental conformado por mujeres.

Asi también Wah, Leung, & Loke (2020) en su estudio sobre la eficacia de la terapia de Aceptación y Compromiso de forma individual en pacientes fumadores, mediante intervención telefónica en adultos que se encuentran en los servicios de salud, se consideró la conformación de dos grupos, uno control y uno experimental, al grupo control se le dio dos asistencias personales de la ACT, y de seguimiento mediante contacto telefónico, mientras que al grupo experimental se le proporcionó material de ayuda para dejar de fumar, posterior a su alta de centros de salud y hospitalarios se los contacto para un seguimiento, de entre 6 - 9 meses, se encontró que la ACT muestra efectividad en la abstinencia de consumo de tabaco.

Según lo expresan Svanberg, Munck, & Levander (2017) en el estudio piloto sobre la efectividad de la terapia de Aceptación y compromiso en pacientes en centros de adicciones con dependencia a sustancias, se contó con la participación de un grupo de personas en el centro de adicciones a quienes se les dio tratamiento con ACT, para ello se basó en un manual de centros hospitalarios diseñado para el estudio donde se incluyeron las intervenciones de la ACT, en especial la flexibilidad psicológica,

aceptación y generación de compromiso que facilita el cambio y su estabilidad en virtud del tiempo.

Para Betsy (2015) en su estudio sobre la eficacia de la aceptación y mindfulness basada en la regulación emocional en personas con problemas de alcohol en India, se describe de forma inicial la dificultad asociada con el consumo de alcohol en las personas, desde un enfoque emocional, hace referencia a una desregulación emocional, problemas con el reconocimiento, expresión y manejo de las emociones están relacionados con las adicciones, se propone el diseño de un programa basado en la aceptación y compromiso además del desarrollo de la atención plena para hacer frente a la problemática, se ha determinado que existe efectividad de la aplicación del programa en un grupo de adictos.

Adicionalmente se ha encontrado estudios en torno a revisiones descriptivas y comparativas sobre la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) donde se ha destacado que es efectiva en el tratamiento de trastornos mentales graves y adicciones, hablan además de la importancia de acoplar a los tratamientos adicionales otras alternativas de tratamiento, en los últimos años han surgido las Terapias de Tercera generación que buscan abordar aspectos del ser humano desde otro enfoque, así lo describen los siguientes estudios:

Según Gloster et al., (2020) dentro de su estudio sobre el estudio empírico de la Terapia de Aceptación y Compromiso, posterior a la revisión de un estimado de 400 escritos y ensayos clínicos, se ha encontrado que la ACT muestra efectividad en trastornos como: ansiedad, depresión, consumo de sustancias, alcohol, se han revisado artículos en un rango de edad de más de 20 años, es decir investigaciones desde 1994 hasta el 2018, lo que implica que la ACT ha tenido un recorrido amplio en los últimos años, así mismo se demostró en aquellos estudios de metaanálisis con aspectos comunes como: tiempo del tratamiento, seguimiento y desarrollo de estrategias alternativas de control y flexibilidad psicológica.

Según lo propuesto por Perea-Gil (2017) en su investigación sobre la Terapia de Aceptación y Compromiso para los trastornos de abuso y dependencia por sustancias, mediante una revisión descriptiva, se hace referencia al alto índice de recaídas en este tipo de pacientes además de incumplimiento de los tratamientos y falta de continuidad de estos, de modo que surge la necesidad de encontrar tratamientos alternativos que estén

encaminados a conseguir mayores niveles de estabilidad y abstinencia prolongada y deshabituación de la problemática del consumo, con el apareamiento de las terapias de tercera generación, han dado paso a la Terapia de aceptación y compromiso, misma que se muestra como prometedora para el tratamiento de este tipo de problemáticas.

Citando a Paéz & Montesinos (2019) en su estudio sobre claves y evidencias de la Terapia de aceptación y compromiso (ACT) en el tratamiento de las adicciones, mediante un análisis funcional descriptivo en relación con las características asociadas al consumo y las principales claves del tratamiento, el presente estudio ha permitido el aporte para el proceso de evaluación clínica psicológica en el caso de adicciones y la intervención clínica centrada a aspectos fundamentales de la ACT, clarificación de valores, diferenciación de las dimensiones del yo, se ha encontrado de suma importancia la relación establecida entre el terapeuta y el paciente, además de trabajar sobre la culpabilidad de las recaídas el autoconcepto y la justificación del consumo con pensamientos erróneos.

Como lo expresan Manoochehr et al., (2016) en su estudio comparativo entre la eficacia de la terapia de Aceptación y compromiso con los 12 pasos de Narcóticos Anónimos y el Tratamiento con metadona, para efectos de la investigación se establecieron tres grupos, a quienes se les dio un tipo de tratamiento, posterior a la culminación de cada uno de ellos, mediante un análisis de varianza se encontró que la Terapia de Aceptación y compromiso muestra mayor efectividad en el tratamiento con adictos en especial en el ámbito de flexibilidad psicológica.

Como lo menciona Byrne et al., (2019) en su revisión descriptiva, las terapias de tercera generación han demostrado su eficacia para el tratamiento de problemas de tipo emocional y en especial se han direccionado las atenciones en el ámbito de consumo de sustancias, y han revelado su eficacia, es el caso de la Terapia de Aceptación y Compromiso y el Mindfulness que combinados muestran hallazgos prometedores para el tratamiento de adicciones, se centró la búsqueda en problemáticas de consumo de alcohol en adultos, hallando que es efectiva en procesos residenciales y ambulatorios.

Tabla 4.

Triangulación de los resultados de los estudios y aporte personal

N°	Autor, año y lugar	Tema	Objetivos	Metodología	Resultados o hallazgos relevantes	Conclusiones o discusión	Aporte personal
1	(Perea-Gil, 2017) Bogotá, Colombia	Terapia de Aceptación y Compromiso para los trastornos de abuso y dependencia por sustancias: Una revisión descriptiva.	Presentar artículos empíricos en el tema de adicciones que hayan utilizado la Terapia de Aceptación y Compromiso.	Búsqueda y análisis de literatura científica de fuentes de información relevante (Ebsco, Proquest, Springer Enlace, Psyc ARTICLES, Elsevier).	Posterior a la búsqueda bibliográfica se hallaron un estimado de 400 artículos, seleccionado 100 para la revisión, y eligiendo 40 para la redacción del artículo y finalmente se consideran 9 para la síntesis de información.	Se halló que la ACT es tan eficaz para el tratamiento de adicciones, además, de que en los seguimientos a largo plazo tiene mayor grado de efectividad que otro tipo de tratamientos.	La ACT es una terapia que no se centra en la eliminación del deseo de consumo, sino busca que el individuo pueda relacionarse de forma distinta con sus eventos privados, promoviendo la flexibilidad psicológica y disminuyendo la probabilidad de recaídas.
2	(Páez & Montesinos, 2019) Madrid, España	Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el	Describir calves de la Terapia de Aceptación y Compromiso centrado a la problemática de adicciones	Se han seleccionado de forma aleatoria un total de 21 ensayos clínicos específicamente en el cambio del	La ACT, propone la flexibilidad psicológica (aprender a aceptar las sensaciones asociadas a las experiencias	Se ha encontrado que la fase de evaluación en la ACT empieza con el análisis funcional (permite percibir aspectos	El estudio describe de forma amplia una forma de abordaje desde la evaluación clínica psicológica, con preguntas enfocadas a

tratamiento de las adicciones	alcoholismo, dependencia opiáceos y tabaquismo.	<p>personales del consumo). La ACT no se enfoca en eliminar síntomas como: angustia, ansiedad, deseo de consumo, pensamientos de consumo. La ACT se enfoca en eliminar la conexión entre el pensamiento, acontecimiento y acción, entrenamiento centrado a actuar de acuerdo con la demanda personal actual. Busca además la reacción del individuo de forma flexible.</p>	<p>que funcionan y aquellos que no). Preguntas direccionadas a identificar eventos que el individuo evita que estén vinculados al malestar clínico fusionado al consumo de sustancias. Descripción de estrategias que la persona emplea para evitar los acontecimientos estresantes. Efectos inmediatos de utilizar estas estrategias. Repercusión en las áreas de desarrollo personal funcional. Clarificación de valores centrados al contexto personal.</p>	<p>identificar estrategias que utilizan las personas que tiene problemas de adicciones. Además, habla sobre la importancia de la relación terapeuta paciente, aspectos fundamentales en la construcción de objetivos que estén centrados a la persona, se ajusten a su necesidad y busquen el bienestar de las personas con conductas adictivas. Tratamientos con enfoques Cognitivo conductual, buscan la identificación de pensamientos asociados al consumo y trabajar en la reestructuración cognitiva esperando así el abandono del consumo, si bien es cierto también ha</p>
-------------------------------	---	--	--	--

							mostrado efectividad, la ACT, muestra mayor efectividad al eliminar la conexión entre el pensamiento, situación y la acción del individuo.
3	(Gloster, Wlader, Twohig, & Kerekla, 2020). Utah, EE. UU.	The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses.	El estudio busco recabar información de metaanálisis en relación con la efectividad de la terapia de aceptación y compromiso de forma general para afecciones psicológicas y en especial para problemas relacionados al consumo de sustancias y alcohol.	Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en medios electrónicos y bases de datos (Ovid Medline, Psyc Articles, PsycInfo, Web of Science y la recopilación en la página web de la Asociación de Contextuales Behavioral Science	Se ha encontrado que la ACT es efectiva para grupos control y grupos focales de condiciones específicas asociadas al dolor crónico, ansiedad depresión además de abuso de sustancias. El metaanálisis ha permitido agrupar los hallazgos en tiempo de eficacia, efectos positivos de la ACT a largo plazo y abordaje específico para trastornos mentales. Los efectos de la ACT se han	Mediante la revisión se obtiene una descripción amplia sobre los efectos positivos de la ACT en casos de consumo de sustancias y otros trastornos mentales. Los efectos han sido medidos en relación con el grupo en el que se aplicó el estudio, tamaño y objetivos de estudio. Se ha encontrado que, en 20 metaanálisis, 133	En este estudio se puede determinar que se han llevado a cabo investigaciones sobre la eficacia de la ACT desde hace más de 20 años, lo demostrando sustento y validez teórica, ya que se ha demostrado su eficacia en casos de adicciones además de en otros cuadros psicológicos (ansiedad y depresión), siendo las adicciones multicausales y algunos casos con

					mostrado como uniformes además de ser consistentes en el tiempo.	estudios y 12 477 participantes, de Terapia Aceptación y Compromiso revela su efectividad.	componentes duales, el abordaje desde este enfoque podría facilitar la constancia de los resultados en casos de consumo con patología dual, sumado además el tratamiento interdisciplinario (médico y psiquiátrico), para obtener abstinencia prolongada y un control de reacciones y desarrollo de estrategias de aceptación.
4	(Nazari & Akbari, 2020) Azadshahr, Irán.	Investigating the effect of ACT training on self-efficacy and impulse control of addicts	El estudio buscó indagar los efectos de la Terapia de Aceptación y Compromiso Grupal en la relación con la autoeficacia y el control de	Se considero un estudio de tipo cuasiexperimental con la aplicación de un pretest y post test, además de contar con un grupo control en la terminología de método. En el	De acuerdo con el análisis estadístico mediante el programa SPSS se encontró que la covarianza muestra una diferencia significativa entre el grupo experimental y el grupo control para	Los resultados del estudio indican que a través de la terapia de aceptación y compromiso desde el trabajo grupal ha sido eficaz en el tratamiento del grupo control, el	Una de las principales características de las personas con problemas relacionados al consumo de alcohol y otras drogas, es la falta de control de sus impulsos,

			impulsos adictos de centros de adicciones.	en ámbito de terapéutico se consideró que la variable independiente sea la Terapia de Aceptación y Compromiso, mientras que en el grupo control se considera la impulsividad y la autoeficacia como variables dependientes.	la variable de autoeficacia. Se ha encontrado además que la Terapia de aceptación y el compromiso grupal Tiene eficacia en el tratamiento de personas con problemas relacionados al consumo de sustancias, aspecto que se comprobó mediante un análisis de varianzas.	análisis de covarianza indica así, Consiguiendo incluso un aumento de la autoeficacia y una reducción de la impulsividad en adictos.	de característica que los lleva a tomar decisiones erróneas que afectan su desenvolvimiento diario, de modo que el trabajar desde la Terapia de Aceptación y compromiso puede facilitar la autoeficacia además de lograr controlar sus impulsos, además el trabajo grupal ha demostrado mayor estabilidad de resultados a mediano y largo plazo, por la cohesión grupal y el apoyo que se genera de manera interna.
5	(Manoocheh r, Farhoudian m, Saadati, Fateme, &	Comparing Acceptance and Commitment Group Therapy and 12-Steps Narcotics	El objetivo del estudio fue realizar una comparación de la eficacia de la terapia grupal de	Se decidió realizar un estudio de tipo aleatorio controlado, contó con la participación de	Mediante un análisis de varianza se determinó que existen diferencias estadísticamente significativas entre	Se ha demostrado que la Terapia de Aceptación y compromiso grupal es eficaz en el tratamiento de	Según el estudio descrito, la ACT muestra efectividad en el tratamiento grupal en el ámbito de adicciones,

Lashani, 2016). Shiraz, Iran.	Anonymous Addict's Rehabilitation Process: A Randomized Controlled Trial	in	aceptación y compromiso, con los 12 pasos de narcóticos anónimos en adictos a la metadona.	y 60 personas residentes de un centro de adicciones de Irán, se agruparon en personas en número equitativo (20), para la homogeneidad, a cada grupo se dio un tipo de terapia (Terapia de Aceptación y Compromiso, 12 pasos de NA), se realizó la medición de la eficacia mediante el cuestionario de Bienestar psicológico.	los grupos, se reveló que la Terapia de Aceptación y Compromiso es eficaz ya que los participantes de esta terapia tuvieron mejorías y mayores avances en ámbitos como la diferenciación, el control interno y la flexibilidad psicológica	adiciones, favorece el bienestar y la flexibilidad psicológica, además ha dado paso para el surgimiento de conciencia en los pacientes, estrategias de cambio y compromiso comportamental, ayuda a los consultantes a ser conscientes de sus problemas y a encontrar estrategias que faciliten el cambio mediante un compromiso y dar paso además a la diferenciación del yo.	situando al contexto ecuatoriano, los proceso de terapia grupal de adicciones carecen de una metodología estructurada, si bien es cierto se sigue el modelo de comunidades terapéuticas, muchas de ellas basadas en los 12 pasos de Narcóticos Anónimos (abordaje que carece de respaldo teórico de efectividad), por lo que la Terapia de Aceptación y compromiso podría constituirse en un aporte valioso para los Centros Especializados.
6	(Betsy, 2015) Kerala, India	Efficacy of Acceptance and Mindful Based Relapse	El estudio pretendió demostrar la eficacia de la	Se implemento un diseño de investigación de tipo descriptivo y	Se ha descrito los pasos a seguir en el programa de intervención en la	Se ha encontrado que la ACT mostro grandes resultados y prometedores	El estudio que se ha descrito muestra un programa sistematizado de

Prevention Program on Emotion Regulation Difficulty among Alcoholics in Kerala India	aceptación y compromiso sumado al Midfulness en la regulación emocional de pacientes con problemas de alcoholismo en la India.	y experimental. Dividido en dos etapas, la primera enfocada a la prevención de recaídas y desarrollo de atención plena, y una fase siguiente donde se afianza la aceptación y el compromiso, se contó con la participación de 32 personas diagnosticadas con alcoholismo mediante el test de Audit.	fase de aceptación y compromiso: 1. Conócete y conoce la ACT. 2. Psicoeducación sobre los problemas asociados al alcohol. 3. Psicoeducación sobre el manejo de pensamientos asociados al consumo, técnica de Midfulness (aceptar la experiencia). 4. Conocer el misterio de las emociones. 5. Aprendiendo a controlarse (ejercicio de respiración).	cambios en el tratamiento de adicciones, especial en la regulación emocional, quienes recibieron el programa de intervención lograron un mejor manejo de sus emociones, se han reducido además las dificultades que se relacionaban con el mal manejo emocional. Ya que existía una asociación significativa entre la desregulación emocional y el consumo de alcohol ahora que hay un avance en el manejo emocional el consumo tiende a reducir y desaparecer.	intervención para personas con problemas de consumo de alcohol, se ha destacado en especial la relación entre las emociones y el consumo, aspecto que es importante, ya que muchas personas que han tenido problemas con el consumo de alcohol y drogas refieren que no logran controlar la emoción que se asocia al consumo, por lo que el programa parece ser un aporte significativo con la combinación de Midfulness. Se debería considerar la socialización de estos hallazgos pensando en el bienestar de consultantes en los
--	--	---	--	---	---

					6. Resiliencia en las emociones.	servicios de salud públicos y privados en el Ecuador.	
					7. Planificar una vida en base a valores personales.		
					8. Tomar acción y realizar un compromiso.		
					9. Cierre terapéutico.		
7	(Wah, Leung, & Loke, 2020) Hong Kong, China	Effectiveness of an individual acceptance and commitment therapy for smoking cessation, delivered face-to-face and by telephone to adults recruited in primary health care settings: a randomized controlled trial	El objetivo estuvo enfocado en determinar la efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el ámbito individual en pacientes fumadores de la población China.	Se utilizó un estudio cuasi experimental con la participación de 144 personas tomadas de centros de atención en salud de China, se conformaron dos grupos, un grupo control (N=70), experimental (N=74), a quienes se les proporcionó material de ayuda para dejar de fumar, y al grupo	Se obtuvieron como resultados favorables, la abstinencia de 7 días posterior a las llamadas de seguimiento, en un tiempo de 12 meses. Además, los participantes que recibieron la ACT dejaron de fumar y lo consiguieron mediante la aceptación, el control y el trabajo sobre la flexibilidad psicológica.	Se determinó que no existieron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, sin embargo, si se vio mayor tiempo de abstinencia en las personas que recibieron la ACT, y el seguimiento psicológico por teléfono. Se encontró también que aquellos participantes que recibieron la ACT	Como se ha descrito con anterioridad, la ACT, muestra su efectividad en adiciones a sustancias, pero en este estudio se habla sobre la eficacia en dejar de fumar, si bien es cierto el consumo de tabaco en el Ecuador no se establece dentro de los criterios de inclusión dentro del manual diagnóstico CIE-10, cualquier sustancia que altere

				control se le dieron dos sesiones individualizadas de ACT y seguimiento telefónico.		mostraron mayores habilidades y disposición para dejar de fumar, característica parte de la flexibilidad psicológica.	el normal funcionamiento personal puede ser considerada como problemática, el consumo de tabaco puede causar afectaciones a nivel de la salud a largo plazo, por lo que trabajar con la ACT, puede tener mayores beneficios en la diferenciación del yo y la flexibilidad psicológica que permite a la persona ver otras alternativas y aceptarlas.
8	(Svanberg, Munck, & Levander, 2017). Stockholm, Sweden	Acceptance and commitment therapy for clients institutionalized for severe substance-use disorder: a pilot study	Explorar la ACT basado en un manual de intervención para clientes institucionalizados por Consumo de sustancias de forma severa y para describir los efectos sobre la	Se contó con la participación de 18 personas a quienes se les dio Terapia de Aceptación y Compromiso basado en un manual de intervención. Se han desarrollado	Los resultados describen que no existe cambios en la salud mental y una tendencia que si implica cambios positivos para la flexibilidad psicológica y para 9 de 10 funciones	El estudio piloto ha demostrado la efectividad de la ACT en pacientes adictos, en cuanto a la flexibilidad psicológica y las funciones ejecutivas. Los hallazgos se desprenden del	Los procesos terapéuticos con los pacientes en centros residenciales deben llevar una estructura organizativa de las técnicas y procedimientos a seguir, además de poder tener instrumentos que

			salud mental, flexibilidad psicológica y función ejecutiva.	evaluaciones al inicio del tratamiento posterior a la culminación ahora evidenciar cambios en el control de impulsos, la salud mental y el bienestar psicológico.	ejecutivas (por ejemplo, inhibitoria control, seguimiento de tareas y control emocional). Aspecto importante en el tratamiento de adicciones.	estudio descriptivo, sin embargo, se debería ampliar el tamaño de la muestra para obtener resultados mayormente significativos.	ayuden a medir los avances y el cumplimiento de objetivos, mediante la ACT, se buscan objetivos concretos en torno a la flexibilidad psicológica y la diferenciación del yo, incluirlos en los tratamientos para determinar su efectividad en el contexto ecuatoriano.
9	(Bahrami & Asghar, 2017) Rasht Irán	A controlled trial of acceptance and commitment therapy for addiction severity in methamphetamine users: preliminary study	El objetivo del presente estudio consistió en determinar la efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso en pacientes ambulatorios de la ciudad de Tuhurum Irán, con problemas de	Se contó con la participación de 30 sujetos quienes recibieron ACT con una frecuencia semanal, un total de 12 sesiones con duración de 45 a 60 minutos. Los datos se analizaron a través de un análisis	Los resultados revelaron que la intervención a través de la ACT mostro efectividad ya que redujo la gravedad de la adición en dimensiones como: estado médico, estado emocional, consumo de alcohol y sustancias, situación familiar, psicológica.	En el tema propuesto se ha discutido y puesto en manifiesto que las personas que tienen problemas asociados al consumo de sustancias tienen una incapacidad del manejo emocional que desencadena en aumento de	El estudio describe la importancia de desarrollar un control de emociones para generar estabilidad y así reducir un factor de riesgo para el consumo de sustancias, la ACT y otro tipo de terapias alternativas muestran en los últimos años

			se ajusta a la demanda actual.	consumo de alcohol que deterioro.	de tercera son mejores que ningún consumo de sustancias.	de tratamiento que se direcciona a la estabilidad emocional mediante la flexibilidad psicológica.	
11	(Osajia, Chiedozie, & Saeed, 2020). Texas EE, UU	The Use of Acceptance and Commitment Therapy in Substance Disorders: A Review of Literature	El estudio consistió en la búsqueda de información en fuentes confiables en relación con la Terapia de aceptación y compromiso en el tratamiento de personas con problemas de consumo de sustancias.	Una búsqueda exhaustiva de cuatro bases de datos (CINAHL, PubMed, gov, PsycINFO y PsycNET) de 2011 a 2020 se llevó a cabo utilizando términos de búsqueda como ACT, ACT y SUD, ACT y uso indebido de sustancias. Los artículos recuperados fueron evaluados críticamente.	Se encontró que la mayoría de los artículos y estudios encontrados revelan la eficacia de la ACT en el tratamiento de adicciones, ya que se consigue la reducción de ansiedad, el manejo de las emociones y el desarrollo de la flexibilidad psicológica como medio alternativo para entender los cambios que surgen en los tratamientos.	Mediante la revisión bibliográfica se ha logrado concluir que la Terapia de aceptación y compromiso es efectiva en el tratamiento de adicciones de forma independiente o combinada con terapias alternativas.	Como se ha descrito, la literatura encontrada en los últimos años nos da la perspectiva de la eficacia de la ACT en el tratamiento de adicciones, por lo que incluir datos del contexto ecuatoriano sería de mucha utilidad para medir la eficacia de la ACT en la población mencionada.
12	(Stotts & Northrup, 2016)	The Promise of Third-Wave Behavioral Therapies in the	Evidenciar modelos de tratamiento innovadores para	Se revisarán los ensayos controlados de la	La ACT en combinación con el Manejo de Contingencias	La identificación de los mecanismos clave del tratamiento, así	Se evidencia que la ACT en combinación con otras terapias logra

Treatment Substance Disorders	of Use	abordar los innumerables problemas a los que se enfrentan las personas con alcohol, drogas y otras adicciones.	ACT y la TDC para los trastornos por consumo de sustancias. Cada uno de ellos contiene elementos comunes identificados (aceptación, atención plena, valores) en diversos grados, a la vez que posee elementos adicionales exclusivos de cada modelo de tratamiento.	mejora los efectos para el trastorno por consumo de cocaína pues incrementa la aceptación y la flexibilidad en torno a los sentimientos de vergüenza y estigma. Además, se enunció que la aceptación experiencial consciente debilitaba la relación entre los impulsos automáticos de beber alcohol y el consumo peligroso	como las medidas válidas para los mismos es vital para adaptar con éxito las estrategias de mindfulness y aceptación con clientes que abusan de sustancias.	mejores resultados, pues, se puede utilizar estrategias y técnicas que permitan tratar al cliente de forma holística.
-------------------------------------	-----------	--	---	--	---	---

Tabla 5.

Estrategias para la implementación de la terapia de aceptación y compromiso en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas

Estrategia	Objetivo	Desarrollo	Contenido	Observaciones
Impartir talleres sobre terapia de aceptación y compromiso	Divulgar la ACT a los profesionales de la salud mental para dar a conocer la eficacia de su aplicación en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas.	Exponer a los profesionales de la salud mental la investigación realizada sobre ACT y las evidencias halladas sobre la eficacia de esta en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas en población adulta.	<ul style="list-style-type: none"> • Bases teóricas • Precusores de la ACT • ACT, procesos centrales o Hexaflex • Técnicas en ACT • ACT y eficacia en el consumo de sustancias • ACT y otras patologías • Artículos científicos sobre y consumo de sustancias 	La implementación y aplicación de una terapia requiere de preparación profesional, pero además auto preparación, por ello, estos talleres darán apertura a que más profesionales conozca de la eficacia de esta, no solo en el tratamiento del consumo de sustancias sino en la intervención de otras afecciones de salud mental
Desarrollo de planes	Crear planes que permitan la intervención y tratamiento terapéutico a clientes con	Conformar equipos con profesionales preparados en ACT	<ul style="list-style-type: none"> • Definir los objetivos terapéuticos. 	La ACT ha demostrado resultados positivos en el tratamiento del consumo de sustancias psicoactivas,

<p>terapéuticos basados en ACT</p>	<p>consumo de sustancias psicoactivas</p>	<p>para en base al conocimiento adquirido generar aportes significativos que permitan desarrollar planes de intervención eficaces.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Clarificar las fases de la terapia (Desesperanza creativa, clarificación de valores, control de los eventos privados como problema, desactivación de las funciones mentales, yo como contacto, escoger una dirección y ponerla en práctica) (Martínez, 2019) • Determinar las terapias a utilizar durante el proceso terapéutico (individual, grupal, familiar, etc.) • Determinar el número de sesiones • Determinar técnicas de intervención 	<p>ya que no se basa solo en modificar las cogniciones que causa malestar en el cliente sino en la aceptación de estos eventos internos que provocan sufrimiento psíquico desarrollando flexibilidad psicológica.</p>
------------------------------------	---	--	---	---

Promover la ACT a la ciudadanía general la Promocionar la ACT como la psicoterapia efectiva para la intervención psicoterapéutica de clientes con consumo de sustancias psicoactivas

- Desarrollar acciones que creen entornos y condiciones que propicien el uso y aplicación de la ACT tanto en la atención pública como privada.
 - Incentivar el desarrollo de alianzas o convenios con entidades que promuevan la ACT.
-

CONCLUSIONES

- Dentro de la síntesis de información se ha podido determinar la eficacia de la Terapia de Aceptación y compromiso en el ámbito de las adicciones, se ha encontrado aspectos importantes como: terapia individual y grupal con la ACT, dentro de contextos de institucionalización, se ha sintetizado un total de 12 artículos con relevancia científica, que son el resultado del análisis minucioso de acuerdo con el aporte, la importancia y los principales hallazgos. Además, aquellos pacientes que han llegado a problemas de consumo problemático revelan en las evaluaciones, que no tienen un locus de control interno ni un proceso de regulación emocional y la alternativa de la ATC es una opción viable para su tratamiento
- La Terapia de aceptación y compromiso busca de forma concreta, el desarrollo de estrategias de manejo funcionales de los pacientes con problemas de consumo de sustancias (además de ser efectiva para otros trastornos), dentro de sus intervenciones se caracteriza por el énfasis que se da en los siguientes aspectos: el desarrollo de flexibilidad psicológica, control y generación de compromisos, la diferenciación del yo, el accionar del individuo mediante valores, además de la aceptación de las situaciones que generan malestar como parte de sí, y aprendiendo a aceptar que van a estar presentes, lo que cambiará es su forma de actuar frente a lo vivido mediante el compromiso y los valores.
- De acuerdo con los autores consultados, la ACT ha demostrado que aquellos individuos con problemas de consumo de tabaco, alcohol y otras drogas han tenido reducción en la frecuencia del consumo, logrando periodos largos de abstinencia y abandono de este. Se ha logrado evidenciar que ha sido más utilizada en personas con problemas relacionados al consumo de alcohol y tabaco.

RECOMENDACIONES

- De acuerdo con la síntesis de información bibliográfica encontrados sobre la ACT, para futuras líneas de investigación, se sugiere considerar otro tipo de problemáticas y afectaciones psicológicas en la que la ACT haya tenido eficacia, con eso se estaría dando mayor relevancia a las terapias de tercera generación.

- Se sugiere que los aspectos relevantes de la ACT sean socializados con expertos en el tema de adicciones en la Universidad Nacional de Chimborazo, para su análisis y poner en conocimiento al personal de salud en coordinación oportuna con la Coordinación Zonal 3, para que puedan conocer sobre los hallazgos relevantes, y se pueda incluir en los planes terapéuticos de los CETAD a nivel de la zona y el país, ya que se ha encontrado que la ACT es efectiva en instituciones que acogen a personas con adicciones.
- Considerando la eficacia de la ACT en cuanto al consumo de alcohol y tabaco, sería recomendable que, en futuras investigaciones se diseñe un estudio de tipo experimental con un grupo control para poder medir en el contexto ecuatoriano, la eficacia del tratamiento en base a la Terapia de Aceptación y Compromiso, en cuanto al consumo de alcohol y tabaco, además con el desarrollo de un estudio de ese tipo se podría diseñar un manual de intervención que se ajuste a las necesidades de la población ecuatoriana que tiene características demográficas y culturales propias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bahrami, S., & Asghar, F. (2017). A controlled trial of acceptance and commitment therapy for addiction severity in methamphetamine users: preliminary study. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 17(1), 49-55. Recuperado el 20 de Febrero de 2021, de https://www.researchgate.net/publication/318028727_A_controlled_trial_of_acceptance_and_commitment_therapy_for_addiction_severity_in_methamphetamine_users_Preliminary_study
- Barraca, J. (2007). La terapia de de aceptación y compromiso (ACT): Fundamentos, aplicación en el contexto clínico y áreas de desarrollo, 65(127), 761-781. Recuperado de: <http://jorgebarraca.com/wp-content/uploads/Terapia-de-Aceptacion-y-Compromiso-ACT.pdf>
- Benito, Ezequiel, (2009). LAS PSICOTERAPIAS. PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica ;1(1):1-9. Recuperado el 28 de Febrero de 2021 de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333127084005>
- Betsy, G. (2015). Efficacy of Acceptance and Mindful Based Relapse Prevention Program on Emotion Regulation Difficulty among Alcoholics in Kerala India. *Journal of Alcoholism & Drug Dependence*, 3(3), 1-11. doi:10.4172/2329-6488.1000205
- Byrne, S., Haber, P., Bailie, A., Costa, D., Fogliati, V., & Morley, K. (2019). Systematic Reviews of Mindfulness and Acceptance and Commitment Therapy for Alcohol Use Disorder: Should we be using Third Wave Therapies? *Alcohol and Alcoholism*, 52(1), 159-166. doi:10.1093/alcalc/agy089
- Ferrari, R. (2014). La eficacia de la psicoterapia. Recuperado de: <https://rferrari.wordpress.com/2014/06/05/la-eficacia-de-la-psicoterapia-3/>
- Gloster, A., Wlader, N. L., Twohig, M., & Kerekla, M. (2020). The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18(1), 181-192. doi:10.1016/j.jcbs.2020.09.009
- Hayes, S., Luoma, J., Bond, F., Masuda, A. y Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1-25

- Hayes, S., Vilardaga, R. y Schelin, L. (2007). *Philosophical, theoretical and empirical foundations of Acceptance and Commitment Therapy*. Anuario de psicología. 38(1), 117-128
- Hayes, S., Strosahl, K. y Wilson, K. (2015). *Terapia de aceptación y compromiso. Proceso y práctica del cambio consciente Mindfulness*. DESCLEÉ DE BROUWET.
Obtenido de:
https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=IMjyDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=hayes+2015&ots=OXaquHJvgs&sig=EE44ZB8wo_8PeIAknOOHlGhfjB8#v=onepage&q=hayes%202015&f=false
- Law, M., Stewart, D., Pollock, N., Letts, L., Bosch, J., & Westmorland, M. (1998). Guidelines for Critical Review Form-Quantitative Studies. Retrieved from <https://srs-mcmaster.ca/wp-content/uploads/2015/05/Guidelines-for-Critical-Review-Form-Quantitative-Studies.pdf>
- González, J. y Llorens, N. (2014). Las nuevas sustancias psicoactivas. Un reto para la salud pública. Madrid, España: ADI. Recuperado de: https://pnsd.sanidad.gob.es/en/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/Nuevas_sustancias_espanol.pdf
- Larmar, S., Wiatrowski, S. y Lewis-Driver, S. (2014). Acceptance & Commitment Therapy: An Overview of Techniques and Applications. *Journal of Service Science and Management*. 07, 216-221. 10.4236/jssm.2014.73019.
- Law, M., Stewart, D., Pollock, N., Letts, L., Bosch, J., & Westmorland, M. (1998). Guidelines for Critical Review Form-Quantitative Studies. Obtenido de <https://srs-mcmaster.ca/wp-content/uploads/2015/05/Guidelines-for-Critical-Review-Form-Quantitative-Studies.pdf>
- Luciano, C., Páez-Blarrina, M., y Valdivia, S., (2006). Una reflexión sobre la Psicología Positiva y la Terapia de Aceptación y Compromiso. *Clínica y Salud*, 17(3),339-356. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1806/180613871008>
- Luciano, C. y Páez, M. y Valdivia, S. (2010). La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el consumo de sustancias como estrategia de Evitación
- Manoochehr, A., Farhoudianm, A., Saadati, H., Fateme, S., & Lashani, L. (2016). Comparing Acceptance and Commitment Group Therapy and 12-Steps Narcotics Anonymous in Addict's Rehabilitation Process: A Randomized Controlled Trial. *Iranian Journal of Psychiatry*, 11(4), 244-249. Recuperado el 28 de Marzo de 2021, de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5206327/>

- Maero, F. (2013). *Una introducción a Terapia de Aceptación y Compromiso*. Obtenido de: <https://www.psyciencia.com/una-introduccion-a-terapia-de-aceptacion-y-compromiso/>
- Martínez, J. (2019). *Estudio de caso: Intervención psicológica y prevención de recaídas en un caso de alcoholismo*. Universidad de Almería. Obtenido de: Estudio de caso: intervención psicológica y prevención de recaídas en un caso de alcoholismo (ual.es)
- Nicolik, N. (2019). The Hexaflex. Recuperado de: <https://neshnikolic.com/hexaflex>
- Secretaría Técnica de Prevención Integral de Drogas. (2017). Plan Nacional de Prevención Integral y Control del Fenómeno Socio Económico de las Drogas 2017 - 2021. Recuperado de: http://www.cicad.oas.org/Fortalecimiento_Institucional/planesNacionales/Ecuador_Plan_Nacional_de_Prevencion_Integral_y_Control_del_Fen%C3%B3meno_Socio_Econ%C3%B3mico_de_las_Drogas_2017_2021.pdf
- Stagg, L. (2016). Efectividad del tratamiento en fisioterapia en mujeres que padecen prolapso genital: Revisión sistemática. Universidad de Lleida. Obtenido de <https://repositori.udl.cat/bitstream/handle/10459.1/58956/1stagg1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Stotts, A. & Northrup T. (2016). The Promise of Third-Wave Behavioral Therapies in the Treatment of Substance Use Disorder. doi:10.1016/j.copsyc.2014.12.028.
- Observatorio Nacional de Drogas de Colombia, (2020). Sustancias Psicoactivas. Recuperado de: <http://www.odc.gov.co/problematika-drogas/consumo-drogas/sustancias-psicoactivas>
- OEA. (2019). Informe sobre el consumo de drogas en las Américas 2019. Washington D.C., Estados Unidos. Recuperado de: <http://www.cicad.oas.org/main/pubs/Informe%20sobre%20el%20consumo%20de%20drogas%20en%20las%20Am%C3%A9ricas%202019.pdf>
- OMS. (1994). Glosario de términos de alcohol y drogas. Recuperado de: https://www.who.int/substance_abuse/terminology/lexicon_alcohol_drugs_spanish.pdf
- UNODC. (2016). Terminology and Information on Drugs. 3ed. New York, Estados Unidos: UNITED NATIONS PUBLICATION. Recuperado de: https://www.issup.net/files/2017-02/UNODC_Terminology_and_Information_on_Drugs-3rd_edition.pdf

- UNODC. (2018). World Drug Report 2018: opioid crisis, prescription drug abuse expands; cocaine and opium hit record highs. Recuperado de:
https://www.unodc.org/doc/wdr2018/WDR_2018_Press_ReleaseENG.PDF
- UNODC. (2019). Informe mundial sobre drogas 2019. Recuperado de:
https://wdr.unodc.org/wdr2019/prelaunch/WDR2019_B1_S.pdf
- Osajia, J., Chiedozie, O., & Saeed, A. (2020). The Use of Acceptance and Commitment Therapy in Substance Use Disorders: A Review of Literature. *Journal of Clinical Medicine Research*, 12(10), 629-633. doi:10.14740/jocmr4311
- Páez, M., & Montesinos, F. (2019). Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones. *Análisis y modificación de la conducta*, 45(171-2). <http://dx.doi.org/10.33776/amc.v45i171-2.3682>
- Perea-Gil, L. (2017). La Terapia de aceptación y compromiso para los trastornos por abuso y dependencia de sustancias psicoactivas: Una revisión descriptiva. *Drugs and Addictive Behavior*(2), 99-121. Recuperado el 28 de Febrero de 2021, de <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/DAB/article/view/2264>
- Stagg, L. (2016). Efectividad del tratamiento en fisioterapia en mujeres que padecen prolapso genital: Revisión sistemática. Universidad de Lleida. Obtenido de <https://repositori.udl.cat/bitstream/handle/10459.1/58956/1staggi.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Svanberg, G., Munck, I., & Levander, M. (2017). Acceptance and commitment therapy for clients institutionalized for severe substance-use disorder: a pilot study. *Substance Abuse and Rehabilitation*, 18(1), 45–51. Recuperado el 28 de Febrero de 2021, de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5536883/>
- Wah, Y., Leung, D., & Loke, Y. (2020). Effectiveness of an individual acceptance and commitment therapy for smoking cessation, delivered face-to-face and by telephone to adults recruited in primary health care settings: a randomized controlled trial. *Springer: BMC, Public Health*, 20(1), 2-14. doi:10.1186/s12889-020-09820-0
- Nazari, Z & Akbari, H. (2020). Investigating the effect of ACT training on self-efficacy and impulse control of addicts. *Journal of Advanced Pharmacy Education & Research*, 10(1), 77-88. Recuperado el 28 de Febrero de 2021, de <https://japer.in/en/article/investigating-the-effect-of-act-training-on-self-efficacy-and-impulse-control-of-addicts>

ANEXOS

Anexo N. 1. Resolución del proyecto de investigación entregada por el Decanato.



DECANATO FACULTAD
DE CIENCIAS DE LA SALUD



Riobamba, 21 de julio de 2020
Oficio No. 0808-RD-FCS-2020

SEÑORITA
ZUMBA VARGAS KERLY GABRIELA
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD – UNACH
De mi consideración. –

Cúmpleme informar a usted la resolución de Decanato de la Facultad de Ciencias de la Salud, que corresponde al día martes 21 de julio de 2020.

RESOLUCIÓN No. 0808-D-FCS-21-07-2020: Aprobar el tema, perfil del proyecto de investigación, Tutor y Miembros de Tribunales de la carrera de Psicología Clínica.
Oficio No. 035-CCPSCL-FCS-TELETRABAJO-2020:

No	Nombres y apellidos de los estudiantes	Tema aprobado por Comisión de Carrera y CID	Observación sobre el tipo de estudio	Tutor y miembros del Tribunal, según Artículo 173 del RRA	Tribunal según Artículo 174 del RRA
1	Zumba Vargas Kerly Gabriela	Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos	Revisión bibliográfica	Tutor: Mgs. Juan Pablo Mazón Miembros: Mgs. Alexandra Pilco Guadalupe Mgs. César Ponce Guerra	Mgs. Alejandra Sarmiento Benavides (Delegado del Decano) Miembros: Mgs. Alexandra Pilco Guadalupe Mgs. César Ponce Guerra

Atentamente,


Dr. Gonzalo Bonifaz P.
DECANO DE LA FACULTAD
CIENCIAS DE LA SALUD – UNACH
Adj.: Lo indicado
c.e. Archivo



RECEPCION DE DOCUMENTOS

Fecha: 24 JUL 2020 Hora: 15:14


SECRETARÍA DE ESCUELAS

Elaboración de Resoluciones Decanato 21-07-2020: Msc. Ligia Viteri
Transcripción Resoluciones Decanato 21-07-2020: Jessica Bonifaz
Revisado y Aprobado: Dr. Gonzalo Bonifaz

Anexo N.2 URKUND



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISIÓN DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO CID
Ext. 1133

Riobamba 18 de junio del 2021
Oficio N° 132-URKUND-CU-CID-TELETRABAJO-2021

MSc. Ramiro Torres Vizuete
DIRECTOR CARRERA DE PSICOLOGÍA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNACH
Presente.-

Estimado Profesor:

Luego de expresarle un cordial saludo, en atención al pedido realizado por el **MSc. Juan Pablo Mazón Naranjo**, docente tutor de la carrera que dignamente usted dirige, para que en correspondencia con lo indicado por el señor Decano mediante Oficio N° 1898-D-FCS-TELETRABAJO-2020, realice validación del porcentaje de similitud de coincidencias presentes en el trabajo de investigación con fines de titulación que se detalla a continuación; tengo a bien remitir el resultado obtenido a través del empleo del programa URKUND, lo cual comunico para la continuidad al trámite correspondiente.

No	Documento número	Título del trabajo	Nombres y apellidos del estudiante	% URKUND verificado	Validación	
					Si	No
1	D- 109250922	Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en el consumo de sustancias psicoactivas en adultos	Kerly Gabriela Zumba Vargas	4	x	

Atentamente,

CARLOS GAFAS GONZÁLEZ
Firmado digitalmente por
CARLOS GAFAS GONZÁLEZ
Fecha: 2021.06.18
104651-05007

Dr. Carlos Gafas González
Delegado Programa URKUND
FCS / UNACH
C/c Dr. Gonzalo E. Bonilla Pulgar – Decano FCS

Debido a que la respuesta del análisis de validación del porcentaje de similitud se realiza mediante el empleo de la modalidad de Teletrabajo, una vez que concluya la Emergencia Sanitaria por COVID-19 e inicie el trabajo de forma presencial, se procederá a recoger las firmas de recepción del documento en las Secretarías de Carreras y de Decanato.

1/1

Anexo N. 3 Ficha de revisión documental

Tabla 6.

Documentos seleccionados tras la lectura crítica

N°	Título	Fuente	Tipo
1	Terapia de Aceptación y Compromiso para los trastornos de abuso y dependencia por sustancias: Una revisión descriptiva.	Drugs and Addictive Behavior	Artículo
2	Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones	Análisis y modificación de la conducta	Artículo
3	Long-term outcomes of Acceptance and Commitment Therapy in drug-dependent female inmates: A randomized controlled trial	Elsevier	Artículo
4	The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses	Elsevier	Artículo
5	Investigating the effect of ACT training on self-efficacy and impulse control of addicts	Journal of Advanced Pharmacy Education & Research	Artículo
6	Comparing Acceptance and Commitment Group Therapy and 12-Steps Narcotics Anonymous in Addict's Rehabilitation Process: A Randomized Controlled Trial	Iran J Psychiatry	Artículo
7	Efficacy of Acceptance and Mindful Based Relapse Prevention Program on Emotion Regulation Difficulty among Alcoholics in Kerala India	Journal of Alcoholism & Drug Dependence	Artículo
8	Effectiveness of an individual acceptance and commitment therapy for smoking cessation, delivered face-to-face and by telephone to adults recruited in	BMC Public Health	Artículo

	primary health care settings: a randomized controlled trial		
9	Acceptance and commitment therapy for clients institutionalized for severe substance-use disorder: a pilot study	PubMed	Artículo
10	A controlled trial of acceptance and commitment therapy for addiction severity in methamphetamine users: preliminary study	Archives of Psychiatry and Psychotherapy	Artículo
11	Systematic Reviews of Mindfulness and Acceptance and Commitment Therapy for Alcohol Use Disorder: Should we be using Third Wave Therapies?	Google académico	Artículo
12	The Use of Acceptance and Commitment Therapy in Substance Use Disorders: A Review of Literature	Google académico	Capítulo de libro
13	The Effectiveness of Group Therapy Based on Acceptance and Commitment to Reduce Craving and Improve the Quality of Life of Addicts Undergoing Methadone Treatment	Google académico	Artículo
14	Estudio de caso: Intervención psicológica y prevención de recaídas en un caso de alcoholismo.	Google académico	Tesis
15	The Promise of Third-Wave Behavioral Therapies in the Treatment of Substance Use Disorders	PubMed	Artículo
16	Terapia de aceptación y compromiso grupal aplicada a pacientes adictos a los opioides con el manejo de los síntomas de abstinencia junto con la terapia farmacológica para evitar recaídas a futuro	Google académico	Artículo
17	Estado actual de la terapia de aceptación y compromiso en adicciones	Redalyc	Artículo
18	Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for smoking cessation: a synthesis	Elsevier	Artículo

19	Comparative Effectiveness of Group-Delivered Acceptance and Commitment Therapy versus Cognitive Behavioral Therapy for Smoking Cessation: A Randomized Controlled Trial	Oxford	Artículo
20	Effectiveness of acceptance and commitment therapy (act) on admission of treatment plan in marijuana, phencyclidine and ketamine abusers	Google académico	Artículo
21	Comparison of the effectiveness of acceptance and commitment therapy (act) and dialectic behavioral therapy (dbt) on behavioral inhibition and behavioral activation on men with substance abuse	Google académico	Capítulo de libro
22	An initial meta-analysis of Acceptance and Commitment Therapy for treating substance use disorders	PubMed	Artículo
23	The efficacy of Acceptance and Commitment Therapy: an updated systematic review and meta-analysis	Google académico	Tesis
24	The acceptance and commitment therapy for smoking cessation in the primary health care setting: a study protocol	BMC Public Health	Artículo
25	Terapia de aceptación y compromiso. Proceso y práctica del cambio consciente Mindfulness	Google académico	Libro
26	A randomized controlled trial of a mindfulness and acceptance group therapy for residential substance use patients	Google académico	Artículo
27	Slow and Steady Wins the Race: A Randomized Clinical Trial of Acceptance and Commitment Therapy Targeting Shame in Substance Use Disorders	Google académico	Artículo
28	An Avatar-Led Intervention Promotes Smoking Cessation in Young Adults: A Pilot Randomized Clinical Trial	Oxford	Artículo

29	Randomized Controlled Trial of a Smartphone Application as an Adjunct to Acceptance and Commitment Therapy for Smoking Cessation	Elsevier	Artículo
30	Guía de tratamientos psicológicos eficaces I	Google académico	Libro
31	Measuring the psychological flexibility: Validation of Acceptance and Action Questionnaire on substance abuse	Google académico	Artículo
32	Terapia Gestalt y Terapia de Aceptación y Compromiso	Google académico	Libro
33	Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)	Google académico	Libro
34	Tratamiento para el uso problemático de drogas. Conceptos y pilares elementales de una intervención terapéutica.	Google académico	Libro (Capítulo II)