

Efectividad de la terapia de aceptación y compromiso sobre la regulación emocional en una mujer consumidora de sustancias psicoactivas

Alexa Daniela Quintero Pedroza
Código estudiantil: 201722216501

D'arcy Marcela Espinel Torres
Código Estudiantil: 201722216745

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de
Especialista en Psicología Clínica

Tutores:
Sandra Johanna Duran Rondón
Manuel Ernesto Riaño Garzón

RESUMEN

El tratamiento de la dependencia a sustancias psicoactivas requiere un enfoque integral que aborde no solo los aspectos físicos, sino también los emocionales, psicológicos y sociales de los pacientes. En este contexto, la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) promueve la flexibilidad psicológica y mejora el manejo de las emociones y pensamientos en personas con adicciones. Este estudio de caso explora la aplicación de ACT en una paciente con un historial de abuso de sustancias y dificultades emocionales, con el objetivo de evaluar su efectividad en la mejora de la sintomatología emocional y en la reducción de la evitación experiencial. A través de un enfoque metodológico de diseño de caso clínico, se evaluaron los síntomas emocionales y la flexibilidad psicológica de la paciente antes y después de la intervención terapéutica. Los resultados mostraron una mejora significativa en la sintomatología emocional, con una reducción del 78% en el malestar, y un avance del 36.84% en la flexibilidad psicológica. La intervención se centró en mejorar la capacidad de la paciente para aceptar sus pensamientos y emociones, promover la conexión con el presente, clarificar sus valores personales y generar acciones comprometidas alineadas con esos valores, indicando que ACT fue efectiva no solo para reducir los síntomas emocionales, sino también para promover una mayor conciencia de los valores y el compromiso con un cambio positivo en su vida. Este trabajo concluye que ACT es una intervención valiosa en el tratamiento de la dependencia a sustancias, permitiendo la regulación de emociones y pensamientos.

Palabras clave: Terapia de Aceptación y Compromiso, flexibilidad psicológica, adicción, intervención terapéutica, regulación emocional.

ABSTRACT

The treatment of substance use disorders requires a comprehensive approach that addresses not only the physical aspects but also the emotional, psychological, and social factors of patients. In this context, Acceptance and Commitment Therapy (ACT) has emerged as an effective tool for promoting psychological flexibility and improving the management of emotions and thoughts in individuals with addictions. This case study explores the application of ACT in a patient with a complex history of substance abuse and emotional difficulties, with the aim of evaluating its effectiveness in improving emotional symptoms and reducing experiential avoidance. Through a methodological approach based on psychometric scales such as the DASS-21, GHQ-12, and AAQ-II, the patient's emotional symptoms and psychological flexibility were assessed before and after the therapeutic intervention. The results showed a significant improvement in emotional symptoms, with a 78% reduction in the GHQ-12 score, and a 36.84% improvement in psychological flexibility, evidenced by a decrease in experiential avoidance as measured by the AAQ-II. The intervention, based on the principles of ACT, focused on improving the patient's ability to accept their thoughts and emotions, promote connection with the present moment, clarify personal values, and take committed actions aligned with those values. The results indicate that ACT was effective not only in reducing emotional symptoms but also in fostering greater awareness of values and commitment to positive change in the patient's life. This work concludes that Acceptance and Commitment Therapy is a valuable intervention in the treatment of substance use disorders, as it enables patients to develop tools to manage their emotions and thoughts.

Keywords: Acceptance and Commitment Therapy, psychological flexibility, addiction, therapeutic intervention, emotional regulation.

REFERENCIAS

1. Aryana, A., & Williams, M. A. (2007). Marijuana as a trigger of cardiovascular events: Speculation or scientific certainty? In *International Journal of Cardiology* (Vol. 118, Issue 2, pp. 141–144). <https://doi.org/10.1016/j.ijcard.2006.08.001>
2. Barbarias, O., Estévez, A., & Jáuregui, P. (2019). La dependencia emocional como factor mediador en la relación entre apego y el abuso de drogas y alcohol en jóvenes Emotional dependence as a mediating factor in the relationship between addiction and drug and alcohol abuse in young people Palabras Clave. In *Revista Española de Drogodependencias* (Vol. 44, Issue 1). https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art3.pdf
3. Barbosa Flórez, J. A., Ruiz Bohórquez, V. C., & Muñoz Arboleda, N. E. (2019). *Factores de riesgo familiares asociados al consumo de Sustancias Psicoactivas (SPA) legales e ilegales en adolescentes*. <https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/ab9b68ae-9c01-4631-9f3c-d7157c99ca31/content>

4. Bohórquez-Borda, D., Gómez-Villarraga, D., Pérez-Cruz, D., & García-Rincón, L. (2022a). Emotional dysregulation and risk level for consumption of psychoactive substances in Colombian university students. *Revista CES Psicología*, 15(3), 115–132. <https://doi.org/10.21615/cesp.6159>
5. Bohórquez-Borda, D., Gómez-Villarraga, D., Pérez-Cruz, D., & García-Rincón, L. (2022b). Emotional dysregulation and risk level for consumption of psychoactive substances in Colombian university students. *Revista CES Psicología*, 15(3), 115–132. <https://doi.org/10.21615/cesp.6159>
6. Buendia, M., & Pardo, Y. (2018). *Inteligencia emocional y drogodependencia : factores de riesgo psicosociales*. <https://ddd.uab.cat/record/194373>
7. Calvo Ruiz, M. del C., & Callejo Escobar, J. (2015). *Guía de intervención en drogodependencias en terapia ocupacional* Jorge Callejo Escobar, Maria del Carmen Calvo Ruiz. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=706481>
8. Canales Quezada, G. F., Díaz de Paredes, T., Guidorizzi Zanetti, A. C., & Arena Ventura, C. A. (2012). *CONSUMO DE DROGAS PSICOACTIVAS Y FACTORES DE RIESGO FAMILIAR EN ADOLESCENTES* ARTICULO ORIGINAL RESUMEN. <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/20/25>
9. Carlos Gómez. (2015). *Salud Mental Encuesta Nacional de 2 015*. https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomol.pdf
10. Carmen, M., Soriano, L., Sonsoles, M., & Salas, V. (n.d.). *LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (ACT) 1. FUNDAMENTOS, CARACTERÍSTICAS Y EVIDENCIA*.
11. Castaño-Perez, G. A., & Calderon-Vallejo, G. A. (2014a). Problems associated with alcohol consumption by university students. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(5), 739–746. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3579.2475>
12. Castaño-Perez, G. A., & Calderon-Vallejo, G. A. (2014b). Problems associated with alcohol consumption by university students. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(5), 739–746. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3579.2475>
13. Departamento Administrativo Nacional De Estadística. (2019a, June 30). *Boletín técnico Encuesta nacional de consumo de sustancias psicoactivas (ENCSPA) 2019*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/encspa/bt-encspa-2019.pdf>
14. Departamento Administrativo Nacional De Estadística. (2019b, August 6). *Encuesta Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas (ENCSPA)*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/encspa/comunicado-encspa-2019.pdf>
15. Departamento Administrativo Nacional De Estadística. (2019c, December 29). *Boletín técnico Encuesta longitudinal de Colombia (ELCO) 2019*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/elco/boletin-tec-elco-2019.pdf>

16. El-Bassel, N., Gilbert, L., Wu, E., Go, H., & Hill, J. (2005). Relationship between drug abuse and intimate partner violence: A longitudinal study among women receiving methadone. *American Journal of Public Health*, 95(3), 465–470. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2003.023200>
17. Fernández, B., Jorge, V., & Bejar, E. (2009). *FUNCIÓN PROTECTORA DE LAS HABILIDADES EMOCIONALES EN LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO Y ALCOHOL: UNA PRO-PUESTA DE INTERVENCIÓN* PROTECTIVE FUNCTION OF THE EMOTIONAL ABILITIES FOR PREVENTION OF ALCOHOL CONSUMPTION AND SMOKING: AN INTERVENTION PROPOSAL (Vol. 6).
18. Galaj, E., Barrera, E. D., & Ranaldi, R. (2020). Therapeutic efficacy of environmental enrichment for substance use disorders. In *Pharmacology Biochemistry and Behavior* (Vol. 188). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.pbb.2019.172829>
19. Garcia Andrade, A. (2019). *Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia*.
20. Gómez Restrepo, C. (2016). *Salud Mental Encuesta Nacional de 2 015*. https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomol.pdf
21. Gómez Restrepo, C., Escudero de Santacruz, C., Matallana Eslava, D., González Ballesteros, L. M., & Rodríguez Romero, V. (2015). *Salud Mental Encuesta Nacional de 2 015*. https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomol.pdf
22. Gross, J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
23. Hayes, S. (2012). *Terapia de aceptación y compromiso: El proceso y la práctica del cambio consciente, 2ª ed.* <https://psycnet.apa.org/record/2012-00755-000>
24. HERVÁS, G., & MORAL, G. (2017). *REGULACIÓN EMOCIONAL APLICADA AL CAMPO CLÍNICO 1 FOCAD para División de Psicoterapia*. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1368-2018-05-11-FOCAD%20FINAL%20COMPLETO.pdf>
25. Jungman, E. (2007). *Adolescencia, tutoría y escuela: Trabajo participativo y promoción de la salud.* ([En línea] (1Ed.)). https://books.google.com.co/books?id=y5G-8hNJ4g0C&pg=PA9&hl=es&source=gbs_toc_r&cad=2#v=onepage&q&f=false
26. Kober, H. (2014). *Emotion regulation in substance use disorders*. <https://psycnet.apa.org/record/2013-44085-026>
27. Koob, G. F., & Le Moal, M. (2001). Drug Addiction, Dysregulation of Reward, and Allostasis. In *Neuropsychopharmacology* (Vol. 24, Issue 2).

28. Kosten, T. R., & George, T. P. (2002). *RESEARCH REVIEWS-THE NEUROBIOLOGY OF OPIOID DEPENDENCE • 13 The Neurobiology of Opioid Dependence: Implications for Treatment.*
29. Lanza, P. V., García, P. F., Lamelas, F. R., & González-Menéndez, A. (2014). Acceptance and Commitment Therapy Versus Cognitive Behavioral Therapy in the Treatment of Substance Use Disorder With Incarcerated Women. *Journal of Clinical Psychology, 70*(7), 644–657. <https://doi.org/10.1002/jclp.22060>
30. Lanza, P. V., García, P. F., Lamelas, F. R., & González-Menéndez, A. (2014). Acceptance and commitment therapy versus cognitive behavioral therapy in the treatment of substance use disorder with incarcerated women. *Journal of Clinical Psychology, 70*(7), 644–657. <https://doi.org/10.1002/jclp.22060>
31. López Hernández-Ardieta, M. (2013). Tratamiento psicológico de la impulsividad desde la perspectiva de las terapias de conducta de tercera generación. A propósito de un caso. In *The UB Journal of Psychology* (Vol. 43).
32. López Hernández-Ardieta, M. (2014). ESTADO ACTUAL DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN ADICCIONES CURRENT STATE OF ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY IN ADDICTIONS. In *Health and Addictions* (Vol. 14, Issue 2).
33. Lowthian, E. (2022). The Secondary Harms of Parental Substance Use on Children’s Educational Outcomes: A Review. *Journal of Child and Adolescent Trauma, 15*(3), 511–522. <https://doi.org/10.1007/s40653-021-00433-2>
34. Luciano, C., Páez, M., & Valdivia, S. (2010). *La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el consumo de sustancias como estrategia de Evitación Experiencial.* <https://www.redalyc.org/pdf/337/33712017009.pdf>
35. Luciano Soriano, C., & Valdivia Salas, M. (2006). LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (ACT) 1. FUNDAMENTOS, CARACTERÍSTICAS Y EVIDENCIA. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/778/77827203.pdf](https://www.redalyc.org/pdf/778/77827203.pdf)
36. Marlatt & Gordon. (1985). *RELAPSE PREVENTION.*
37. Mejía-Trujillo, J., Pérez-Gómez, A., & Reyes-Rodríguez, F. (2015). Implementación y adaptación en Colombia del sistema preventivo Communities That Care Implementation and adaptation in Colombia of the Communities That Care. In *ADICCIONES* (Vol. 27).
38. Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). *Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA).* <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/paginas/convivencia-desarrollo-humano-sustancias-psicoactivas.aspx>
39. Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2021). Title: Substance abuse and its relationship to emotional dependence, attachment and emotional regulation in adolescents. *Anales de Psicología, 37*(1), 121–132. <https://doi.org/10.6018/analesps.404671>
40. Moreno, J. E., & Griffa, M. C. (2005). *Claves Para una Psicología del Desarrollo.*

- https://aulavirtual.fayd.unam.edu.ar/pluginfile.php/58635/mod_resource/content/1/Claves%20para%20una%20psicologia%20del%20desarrollo%20libro%20completo.pdf
41. Pérez del Río Burgos, F. (2011). *ESTUDIOS SOBRE ADICCIONES PERFILES DE DROGODEPENDIENTES Y EFICACIA*. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/LibroEstudiosAdicciones.pdf
 42. Piedra, R., Masa, R., Chamba, T., & Ruiz, S. (2020). *El consumo de sustancias psicoactivas y su influencia en el desarrollo integral*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=573667940004>
 43. Rey, C. (2004). LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (ACT): SUS APLICACIONES Y PRINCIPALES FUNDAMENTOS CONCEPTUALES, TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS. *Bogotá (Col.) Suma Psicológica*, 11(2), 267–284.
 44. Rivera-Olmos, V. M., & Parra-Berna, M. C. (2016). *Cannabis_ efectos en el sistema nervioso central. Consecuencias terapéuticas, sociales y legales*. <https://www.redalyc.org/journal/4577/457746956012/html/>
 45. Ruiz, F. J., García-Beltrán, D. M., & Suárez-Falcón, J. C. (2017). General Health Questionnaire-12 validity in Colombia and factorial equivalence between clinical and nonclinical participants. *Psychiatry Research*, 256, 53–58. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.020>
 46. Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., Cárdenas-Sierra, S., Durán, Y., Guerrero, K., & Riaño-Hernández, D. (2016). Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II in Colombia. *Psychological Record*, 66(3), 429–437. <https://doi.org/10.1007/s40732-016-0183-2>
 47. Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., & Riaño-Hernández, D. (2016a). Psychometric properties of the Mindful Attention Awareness Scale in Colombian undergraduates. *Suma Psicológica*, 23(1), 18–24. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.003>
 48. Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., & Riaño-Hernández, D. (2016b). Psychometric properties of the Mindful Attention Awareness Scale in Colombian undergraduates. *Suma Psicológica*, 23(1), 18–24. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.003>
 49. Ruiz Jiménez, F., Valverde, M. R., Hernández López, M., Barnes-Holmes, D., Morales, J. F., Papini, M., Vallejo, M. Á., Kelly, P., Uned-Madrid, W., Cangas Díaz, A. J., Moreno, E., Pedro, S., Molina, F. J., & Rubio, A. B. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale - 21. *International Journal of Psychology & Psychological TheraPy*, 17(1). <http://www.ijpsy.com><http://www.ijpsy.com>
 50. Sancho, M., De Gracia, M., Rodríguez, R. C., Mallorquí-Bagué, N., Sánchez-González, J., Trujols, J., Sánchez, I., Jiménez-Murcia, S., & Menchón, J. M. (2018). Mindfulness-based interventions for the treatment of substance and behavioral addictions: A systematic review. In *Frontiers in Psychiatry* (Vol. 9, Issue MAR). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00095>
 51. Schaab, M. A. (2022). *Expresividad emocional y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de 16 a 18 años de la ciudad de Hernandarias Entre Ríos*. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/15967>

52. Smout, M. F., Longo, M., Harrison, S., Minniti, R., Wickes, W., & White, J. (2010). *Tratamiento psicosocial para los trastornos por consumo de metanfetamina: un ensayo preliminar aleatorizado y controlado de terapia cognitivo-conductual y terapia de aceptación y compromiso*. <https://doi.org/10.1080/08897071003641578>
53. Universidad de la Rioja. (2021). *La terapia de aceptación y compromiso y sus aplicaciones en Psicología*. <https://www.unir.net/revista/salud/terapia-aceptacion-y-compromiso-act/>
54. VALADEZ SIERRA, M. D. L. D., BUENROSTRO GUERRERO, A. E., SOLTERO AVELAR, R., NAVA BUSTOS, G., ZAMBRANO GUZMÁN, R., & GARCÍA GARCÍA, A. (2012). *Emotional Intelligence and Academic Performance in Adolescents*. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/20/020_Buenrostro.pdf
55. Vargas Madriz, L. F., & Ramírez Henderson, R. (2012). TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO: DESCRIPCIÓN GENERAL DE UNA APROXIMACIÓN CON ÉNFASIS EN LOS VALORES PERSONALES. *Rev. Ciencias Sociales*, 138. <https://www.redalyc.org/pdf/153/15328800009.pdf>
56. Vargas, R., & Muñoz, A. (2013). *La regulación emocional_ precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual*. <https://www.scielo.br/j/pusp/a/cT9JgNg4bW6wKQQjfm9zXGw/?format=pdf&lang=es>
57. Verganista-Fernandes, H. I., Costa-Andrade, L. M., Ferreira-Martins, M. M., Martins, M. T., Carneiro-Rolim, K. M., & Guerra-Martín, M. D. (2019). Consumption of addictive substances, tobacco, alcohol and marijuana by students of North Portugal. *Enfermería Global*, 18(2), 180–209. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.2.307801>