

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en
adultos con fibromialgia: una revisión narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología Clínica y de la Salud

Autor:

Fernando Pari Belizario

Docente:

Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Lima, agosto del 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Aquize Anco Eddy Wildmar, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adultos con fibromialgia: Una revisión narrativa”** del autor Fernando Pari Belizario tiene un índice de similitud de 14 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 07 días del mes de agosto del año 2026.



Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

**Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso
(ACT) en adultos con fibromialgia: Una revisión narrativa**

TRABAJO ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda
Especialidad Profesional en Psicología Clínica y de la Salud



Dr. Damaris Susana Quinteros Zuñiga

Dictaminador

Lima, 10 de junio del 2026

Resumen

Objetivo: Revisar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adultos con fibromialgia. **Metodología:** Se empleó como metodología la revisión narrativa. Asimismo, la búsqueda de la literatura científica se realizó en tres bases de datos: Scopus, PubMed y SciELO. Se utilizaron descriptores para las variables "terapia de aceptación y compromiso", "adultos" y "fibromialgia". Esta búsqueda se ajustó por título, resumen y palabras clave. **Resultados:** Hasta marzo de 2026 se encontraron 297 registros. Tras realizar la revisión considerando los criterios de inclusión y exclusión, se incluyeron 8 estudios: 3 ensayos clínicos aleatorizados, 1 revisión sistemática, 1 estudio cuasiexperimental, 1 aplicación piloto, 1 estudio de caso y 1 grupo control. **Conclusión:** La terapia de aceptación y compromiso (ACT) es una intervención eficaz en pacientes adultos con fibromialgia, sobre todo en mujeres, tanto por su administración digital, grupal e individual. Asimismo, aporta a la reducción de la psicopatología del paciente y mejora su funcionalidad, apoyándose en el desarrollo de la flexibilidad psicológica y los valores personales.

Palabras clave: Terapia de aceptación y compromiso, fibromialgia, adultos, mujeres.

Abstract

Objective: To review the efficacy of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in adults with fibromyalgia. **Methodology:** A narrative review was conducted through a scientific literature search in three databases: SCOPUS, PubMed, and Scielo. Search terms included "acceptance and commitment therapy," "adults," and "fibromyalgia," with the search adjusted by title, abstract, and keywords. **Results:** As of March 2026, 297 records were identified. After applying inclusion and exclusion criteria, 8 studies were selected: 3 randomized clinical trials, 1 systematic review, 1 quasi-experimental study, 1 pilot application, 1 case study, and 1 control group study. **Conclusion:** Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is an effective intervention for adult patients with fibromyalgia, particularly women. Its efficacy is observed across digital, group, and individual administration formats. Furthermore, it contributes to the reduction of patient psychopathology and improves physical and social functioning by fostering psychological flexibility and personal values.

Keywords: Acceptance and commitment therapy, fibromyalgia, adults, women.

Introducción

La fibromialgia es una condición que incluye un espectro de problemas crónicos, principalmente dolor muscular generalizado, privación del sueño, fatiga y problemas con la concentración y claridad mental (Wolfe et al., 2016). Casi el 4% de la población adulta será diagnosticada con este trastorno, definido clínicamente como un síndrome de sensibilización central. Factores psicológicos y sociales importantes entran en juego con un diagnóstico de fibromialgia, afectando la calidad de vida general del individuo (Queiroz, 2013).

La psicofarmacología es útil para el manejo de síntomas en lo que respecta a la depresión y la ansiedad, pero dado la naturaleza crónica de la condición y el malestar emocional, el manejo sintomático de la condición crea un vacío significativo en la terapia (Galvez-Sánchez et al., 2019). Desde esta perspectiva, la investigación y la práctica clínica deben centrarse en otras estrategias disciplinarias que apunten a la restablecimiento psicológico y emocional, así como al manejo general de síntomas, la rehabilitación psicológica y la mejoría en la calidad de vida de pacientes adultos con fibromialgia.

A nivel mundial, se considera a la fibromialgia como una condición reumatológica, y enfermedad crónica idiopática, que afecta en promedio al 2,10% de la población mundial (Cabo-Meseguer et al., 2017), y con una predominancia espectacular en las mujeres (Marques et al., 2017). En cuanto al caso de Perú, el problema se vuelve aún más problemático debido a la naturaleza desarticulada del sistema de salud del país y la falta de una sola unidad que se especialice en dolor crónico (Leon et al., 2021).

Las estimaciones en el país determinan que la prevalencia del problema está entre el 6% y el 10% e impacta principalmente a adultos mujeres (León-Jiménez y Loza-Munarríz, 2015). Además de esto, el país enfrenta una situación aún más preocupante de

retrasos en el diagnóstico: en este contexto, una condición de salud puede permanecer sin diagnóstico desde el inicio de los síntomas hasta por 5 años (Monroy-Hidalgo et al., 2019). Esto se ve agravado aún más por la falta de acceso a enfoques integrados dictados por las políticas y regulaciones nacionales sobre salud mental y salud física, lo que deja a los pacientes en una situación de discapacidad funcional continua y agrava aún más su salud mental (León et al., 2021).

Desde este horizonte, la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) es una de las pocas terapias de tercera generación con evidencia sólida para su uso en el tratamiento del dolor crónico (Martínez-Calderón et al., 2024). Mientras que los enfoques cognitivo-conductuales tradicionales buscan modificar o reducir los síntomas del dolor, la ACT se centra en cambio en el desarrollo de la flexibilidad psicológica (Hayes et al., 2006). La flexibilidad psicológica es la capacidad de mantenerse en contacto con el momento presente y actuar o abstenerse de actuar en base a la experiencia privada de uno (McCracken & Vowles, 2014). En el caso de pacientes con fibromialgia y dolor que a menudo es persistente, la ACT fomenta la transformación de la evitación experiencial y los esfuerzos inútiles por eliminar el dolor en conductas constructivas y de aceptación del dolor que permiten a los pacientes participar en actividades valoradas y, por lo tanto, mejorar su funcionamiento general (Vowles et al., 2014).

A pesar de las revisiones sistemáticas que indagan el impacto de la ACT en el dolor crónico (Hughes et al., 2017), y también con la fibromialgia, aunque este último con antigüedad considerable; estos solo reportan la significancia estadística sin profundizar la heterogeneidad clínica de la ACT en adultos con fibromialgia. Esta brecha en la literatura científica hace difícil la consolidación de guías de práctica unificadas, aun más en sistemas de salud con recursos limitados como el peruano. Por lo tanto, el presente estudio de revisión narrativa se justifica en la necesidad de integrar los hallazgos más recientes e identificar los mecanismos o variables de cambio, como la flexibilidad psicológica, que ayuden a optimizar la eficacia de la terapia de ACT en la experiencia clínica de casos de fibromialgia.

Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo general revisar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adultos con fibromialgia, así como sus objetivos específicos: a) explorar la eficacia de programas digitales de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con fibromialgia; b) analizar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en la reducción de variables psicopatológicas en adultos con fibromialgia; y c) evaluar la capacidad de la terapia de aceptación y compromiso para mejorar la funcionalidad de adultos con fibromialgia. Con ello, se busca proporcionar una base teórica actualizada que oriente a los psicoterapeutas clínicos en la incorporación de estrategias psicoterapéuticas eficaces, funcionales y adaptadas a las necesidades de esta población.

Metodología

En el presente estudio, según Ato et al. (2013), el diseño corresponde a una revisión narrativa que busca describir, criticar y sintetizar la evidencia sobre la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adultos con diagnóstico de fibromialgia. La literatura recopilada de Scopus, PubMed y SciELO fue examinada exhaustivamente. Se consideraron los últimos 5 años, para publicaciones en inglés y español.

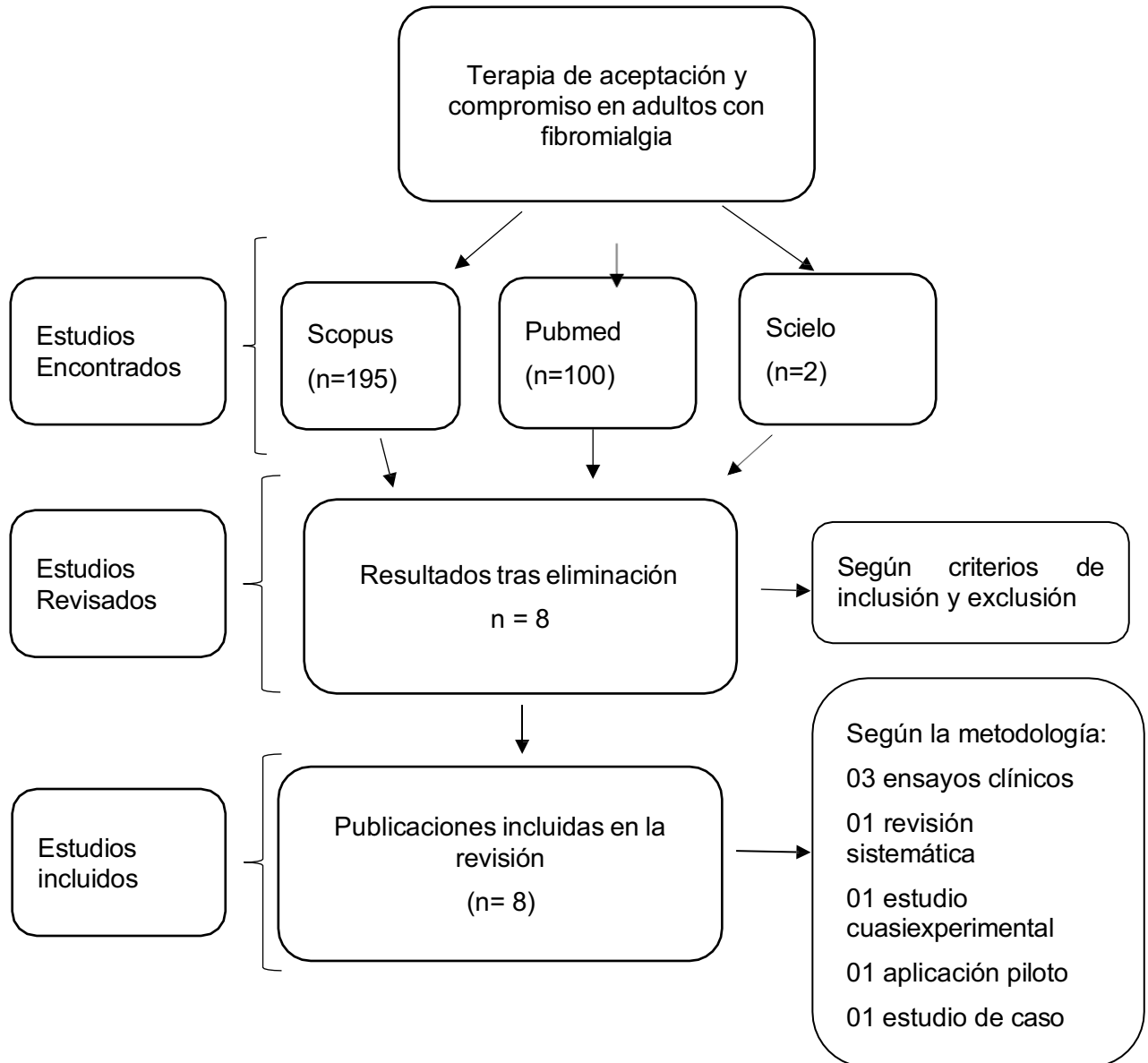
La estrategia de búsqueda incorporó las variables del estudio como descriptores y palabras clave. Estas variables fueron: adults, women, men, male, fibromyalgia, chronic pain, acceptance and commitment therapy. La estrategia de búsqueda se elaboró combinando las variables descritas, utilizando los operadores booleanos AND y OR, y personalizando los campos de búsqueda de Scopus, TITLE-ABS-KEY, y PubMed, con Título/Resumen. Esto se hizo para verificar la precisión de los resultados

Con la búsqueda finalizada y sus registros identificados, se organizó su revisión conforme a criterios de inclusión específicos, tales como: a) artículos originales de acceso completo que evaluaran la eficacia de la ACT; b) estudios realizados en población adulta con fibromialgia; y c) publicaciones con metodología rigurosa, como ensayos clínicos, revisiones, estudios de caso y estudios experimentales. Se depuraron los estudios duplicados, aquellos que no consideraban las variables esenciales, así como los estudios con una población ajena a la del presente trabajo.

Tras culminar la selección, se realizó una revisión pormenorizada conforme a los criterios establecidos y, como resultado, se incluyeron 8 artículos para su análisis. Estos estudios comprenden una variedad de diseños, entre ellos ensayos clínicos aleatorizados, revisiones sistemáticas, estudios cuasiexperimentales, aplicaciones piloto y estudios de caso, los cuales se detallan en la Tabla 1 y se representan en el diagrama de flujo correspondiente (Figura 1).

Figura 1

Diagrama de flujo de la revisión de estudios correspondientes a la terapia de ACT y fibromialgia



Resultados

Se realizó la búsqueda de investigaciones desde enero del 2026 hasta febrero del 2026, mediante una indagación exhaustiva en bases de datos como Scopus, PubMed y SciELO, identificando los estudios más relevantes sobre la terapia ACT en pacientes adultos con fibromialgia. Tras el proceso de revisión y selección, se incluyeron 8 artículos científicos que cumplieron con los criterios de elegibilidad establecidos, de los cuales 3 corresponden a ensayos clínicos aleatorizados o controlados, 1 es una revisión sistemática, 1 es un estudio cuasiexperimental, 1 es una aplicación piloto, 1 es un estudio de caso y 1 posee un diseño experimental con grupo control. Estos estudios se presentan detalladamente en la Tabla 1, cuyo encabezado muestra el autor y año de publicación, el objetivo de la investigación, el tipo de investigación, los instrumentos utilizados, la población o muestra, y los resultados principales obtenidos.

La revisión permite confirmar que la ACT tiene un alcance terapéutico significativo en la fibromialgia, siendo segura y eficaz. Estos hallazgos dan a entender que la ACT no reduce el dolor asociado a la fibromialgia por sí mismo; en cambio, transforma la relación del paciente con su dolor a través de la aceptación psicológica y la flexibilidad. De esta manera, se observa una disminución del malestar psicológico mediante la reducción de la ansiedad y la fatiga en pacientes con esta condición.

Respecto al contraste de las modalidades de administración, se observa una tendencia hacia la digitalización del tratamiento. Los programas de ACT autoguiados y administrados por teléfonos inteligentes durante 12 semanas han demostrado ser eficaces para el manejo de la patología (Gendreau et al., 2024). Asimismo, la evidencia de aplicaciones digitales muestra un cambio y una mejoría notable en la impresión de cambio del paciente (PGIC), en comparación con los grupos de seguimiento (Catella et al., 2024). Por otro lado, las intervenciones grupales o presenciales resultan fundamentales por su mejoría en el funcionamiento social del paciente y en el rol no funcional (Ramos et al.,

2024). Sin embargo, se advierte que la eficacia sería limitada para mejorar la función física en pacientes con depresión comórbida (De La Coba et al., 2022).

En cuanto a las variables psicopatológicas, la terapia ACT muestra una alta eficacia gracias a sus intervenciones enfocadas en la aceptación, la defusión y los valores personales, reduciendo los síntomas de depresión, ansiedad, somatización y obsesión (Ramos et al., 2024). Es particularmente relevante que protocolos breves de solo tres sesiones, enfocados en reducir el pensamiento negativo repetitivo, resulten altamente eficaces para disminuir el malestar psicológico y el dolor (López-Palomo et al., 2022). Además, estas mejoras se asocian con una reducción del pensamiento catastrófico y una mejor capacidad de atención plena (Ramos et al., 2024).

Finalmente, el análisis de la funcionalidad física revela que la ACT mejora la aceptación del dolor y reduce la kinesiofobia, o miedo al movimiento (De La Coba et al., 2022; Varallo et al., 2023). Los tratamientos basados en la aceptación han mostrado mejoras significativas en el funcionamiento y el rendimiento físico (Eastwood y Godfrey, 2024). Esto refuerza las evidencias de que el valor de la ACT reside en optimizar la funcionalidad y la calidad de vida, independientemente de la persistencia del síntoma doloroso.

Tabla 1

Resultados de la eficacia de la terapia de ACT en adultos con fibromialgia

Autor y fecha	Objetivo	Tipo	Instrumentos	Población	Resultados
Gendreau et al. (2024)	Evaluar el efecto de un programa digital de ACT, autoguiado y administrado por teléfono inteligente, de 12 semanas de duración, en el manejo de la fibromialgia.	Ensayo clínico aleatorizado	Tasa de respuesta de la impresión global del cambio del paciente (PGIC)	275 adultos de 22 a 75 años. ACT digital: 140. Grupo control: 135. País: Estados Unidos	La ACT digital fue segura y eficaz en comparación con el seguimiento digital de síntomas en el tratamiento de la fibromialgia en pacientes adultos.
Eastwood y Godfrey (2024)	Evaluar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia.	Revisión sistemática	Estudios publicados en base de datos como Pubmed, Embase y PsycInfo	6 estudios primarios con población en su mayoría mujeres.	Los resultados sugieren que la terapia de ACT mejoró de manera general en todos los resultados después de la intervención.
Catella et al. (2024)	Evaluar la evidencia preliminar de la seguridad y eficacia de un programa de Aceptación y compromiso digital (ACT) para la fibromialgia (FM)	Ensayo clínico	Cuestionario de Impacto de la Fibromialgia Revisado (FIQ-R) Impresión Global del Cambio del Paciente (PGIC)	67 participantes. 39 en ACT y 28 grupo control. 98.5% femenina. 53 años promedio. País: Sin referencia.	El estudio demostró mejores resultados en el grupo ACT en comparación con el grupo control, y una notable puntuación en el PGIC del 22% a comparación del grupo de seguimiento.

Ramos et al. (2024)	Aplicar una terapia ACT grupal a mujeres con fibromialgia, centrándose en componentes terapéuticos, como la aceptación, la defusión y los valores personales.	Experimental con grupo control.	Assessment -45 Questionnaire	57 mujeres con FM, 25 en ACT y 32 de grupo control. Edad promedio de 52, edades entre 30 y 66. País: España	Los resultados del grupo de ACT son significativamente mejores en salud mental, rol y funcionamiento social, ansiedad, depresión, somatización y obsesión-compulsión, pensamiento menos catastrófico y mejor capacidad de atención plena en el seguimiento a seis meses.
Varallo et al. (2023)	Evaluar la eficacia de un tratamiento grupal basado en la aceptación (ABT) para mejorar la aceptación del dolor, la catastrofización del dolor, la kinesiofobia, la intensidad del dolor y el funcionamiento físico	Ensayo controlado o aleatorizado	Cuestionario de Aceptación del Dolor Crónico (CPAQ), Escala de Catastrofismo ante el Dolor (PCS), Escala Tampa de Kinesiofobia (TSK)	180 mujeres con FM, edades entre 18 y 65 años. País: Italia	Los participantes del grupo ABT+TAU mostraron mejoras significativas en la aceptación del dolor, pero también en la catastrofización del dolor, la kinesiofobia y el funcionamiento físico basado en el rendimiento, en comparación con los del grupo TAU. Sin embargo, no hubo diferencias significativas en

					la intensidad del dolor entre los dos grupos.
De La Coba et al. (2022)	Presentar una aplicación piloto de una intervención grupal de ACT en línea para la fibromialgia.	Aplicación piloto mediante intervención grupal en línea.	Cuestionario de Dolor de McGill. Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria. Cuestionario de Impacto de la Fibromialgia	9 mujeres con fibromialgia, 54 años promedio. País: España	La intervención basada en la aceptación (ACT) mejora la función física y reduce el miedo al movimiento en la fibromialgia al cambiar la relación con el dolor, aunque su eficacia disminuye si existe depresión comórbida.
López- Palomo et al.(2022)	Analizar la eficacia de un protocolo breve de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) centrado en reducir PNR en cuatro mujeres con diagnóstico de FM	Estudio de caso. Diseño de línea de base múltiple entre participantes aleatorizado.	Depression Anxiety and Stress Scale – 21. General Health Questionnaire – 12	4 mujeres diagnosticadas con fibromialgia, edades entre 39 y 55 años. País: Colombia	La intervención breve de solo tres sesiones de ACT, centrada específicamente en reducir el pensamiento negativo repetitivo (rumiación y preocupación), es altamente eficaz para disminuir el impacto de la fibromialgia, el malestar psicológico y el dolor.

Akbarian et al.(2022)	Determinar el efecto de la Terapia de Aceptación y Compromiso sobre la ansiedad, la fatiga crónica y la intensidad del dolor en mujeres con fibromialgia con el efecto de la espera.	Estudio cuasiexperimental con un diseño pretest-postest.	Cuestionarios de ansiedad de Beck, dolor de McGill y fatiga de Krupp.	40 pacientes del Hospital Bouali en Teherán, Irán, en 2019 País: Irán	La ACT, mediante la aceptación y la flexibilidad, reduce el daño psicológico de los pacientes y disminuye la ansiedad, la intensidad del dolor y la fatiga en mujeres con fibromialgia.
-----------------------	--	--	---	--	---

Discusión

La presente revisión confirma que la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) posee un amplio alcance terapéutico en adultos con fibromialgia, consolidándose como una intervención segura y eficaz. Sin embargo, el análisis sugiere que su éxito no radica en la eliminación del dolor, sino en la modificación del contexto funcional del paciente y en la reducción de la evitación experiencial (Hayes et al., 2012). Esto lo podemos evidenciar a partir de los hallazgos de Varallo et al. (2023) y Eastwood y Godfrey (2024), quienes sugieren que la funcionalidad mejora a pesar de la persistencia del dolor. Esto respalda la premisa de Wilson y Luciano (2002), según la cual la aceptación es una postura activa que permite al individuo dejar de luchar contra sensaciones inevitables para invertir su energía en acciones alineadas con sus valores personales.

Con relación a los estudios que utilizan tecnología, Catella et al. (2024) y Gendreau et al. (2024) indican que los procesos implicados —en los que el paciente aplica el contacto con el momento presente y la defusión cognitiva— son habilidades entrenadas de forma procedimental. Se plantea que estas técnicas cumplen la función de facilitar el desenganche mental y promover la práctica diaria que debilita el pensamiento limitante (Harris, 2019). Por otro lado, la menor eficacia observada en pacientes con depresión comórbida (De La Coba et al., 2022) indica que, en cuadros clínicos con alta vulnerabilidad emocional, es necesaria la validación empática a través de la conexión humana directa, la cual resulta central en la relación terapéutica y difícilmente sustituible por medios digitales (Hayes et al., 2018).

Por otra parte, en la reducción de la ansiedad y la catastrofización de los pensamientos (Ramos et al., 2024; Akbarian et al., 2022), se observa que la terapia de ACT actúa mediante la defusión cognitiva. Cuando el paciente aprende a percibir sus pensamientos como eventos meramente mentales y no como verdades absolutas, se rompe el ciclo del malestar psicológico, desmantelando de esta manera el marco estructural de amenaza constante que experimenta el paciente con fibromialgia.

Asimismo, se reduce la respuesta fisiológica del estrés y, por ende, disminuyen los niveles de ansiedad y fatiga (Harris, 2019).

Asimismo, se destaca la eficacia de los protocolos breves de la terapia ACT para generar cambios rápidos en la flexibilidad psicológica (López-Palomo et al., 2022). La reducción de la kinesiofobia (Varallo et al., 2023) es un indicador de este cambio, ya que el paciente no deja de sentir miedo al movimiento; más bien, modifica su relación con ese miedo mediante la aceptación. Como indica Hayes et al. (2014), al cambiar el enfoque de querer controlar el dolor a comprometerse con la acción, la persona recupera su autonomía funcional. La evidencia sugiere que la terapia ACT transforma la identidad del individuo: de ser alguien con dolor, pasa a ser una persona que actúa de manera significativa a pesar del dolor.

Con relación a las limitaciones de la presente revisión narrativa, se observó que gran parte de los estudios se realizaron o extrajeron de muestras de pacientes mujeres, lo que podría limitar la generalización de los hallazgos también a hombres; sin embargo, la prevalencia de la fibromialgia es sobre todo femenina. Por otro lado, se identificó una amplia diversidad de diseños de investigación —desde estudios de caso único hasta revisiones sistemáticas— que varían considerablemente en sus protocolos y su aplicación, con intervenciones que van desde tres hasta doce sesiones, lo que dificulta la estandarización de un protocolo estructurado para la mayoría de la población.

Conclusiones

La revisión narrativa actual presenta hallazgos que sugieren que la utilización de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) ofrece ser un medio flexible y efectivo para el manejo de la fibromialgia, con una marcada mejora en la calidad de vida de los pacientes. Esta revisión afirma que el programa de intervención digital autogestionado de ACT, además de las intervenciones grupales y los módulos breves de ACT, disminuyen significativamente el impacto de las condiciones relacionadas con la fibromialgia, como la ansiedad, la fatiga y la catastrofización. La intención de la terapia de ACT no está dirigida a la erradicación del dolor sensorial; más bien, se centra en mejorar la relación del paciente con su dolor mediante el aumento de la flexibilidad psicológica y por tanto la reducción de la kinesofobia. Como se demuestra en el modelo de tratamiento de la terapia de ACT, el fortalecimiento de la aceptación y el compromiso con los valores del paciente, a pesar de la persistencia de la fibromialgia, permite que el paciente recupere su nivel de funcionamiento y cumplimiento de su rol social.

Con referencia a los estudios revisados, se recomienda que investigaciones próximas diversifiquen sus muestras incluyendo al sexo masculino, con el fin de generalizar la eficacia de la terapia de ACT. Asimismo, implementar programas clínicos de ACT acompañados, inicialmente con un tamizaje o prueba psicométrica que evalúa las comorbilidades psicopatológicas, como la depresión comórbida. Por otro lado, es necesario la estandarización y validación de protocolos digitales en diversos contextos sociales y culturales, aprovechando la evidencia que afirma su eficacia. Asimismo, se recomienda evaluar la sostenibilidad de los cambios funcionales en un largo plazo, para examinar si la terapia de ACT es una estrategia eficaz frente al paso del tiempo en pacientes con fibromialgia.

Referencias

- Akbarian, M., Saeidi, N., Borjali, A., Abolghasemi, S., y Hassanabadi, H. R. (2022). The effect of Acceptance and Commitment Therapy on the psychological consequences of anxiety, pain intensity, and fatigue in women with fibromyalgia: Study with the effect of waiting. *Avicenna Journal of Clinical Medicine*, 28(4), 244–252. <https://doi.org/10.52547/ajcm.28.4.244>
- Ato, M., López-García, J. J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Cabo-Meseguer, A., Cerdá-Olmedo, G., & Trillo-Mata, J. L. (2017). Fibromyalgia: Prevalence, epidemiologic profiles and economic costs. *Medicina Clínica* (English Edition), 149(10), 441–448. <https://doi.org/10.1016/j.medcle.2017.10.011>
- Catella, S., Gendreau, R. M., Kraus, A. C., Vega, N., Rosenbluth, M. J., Soefje, S., Malhotra, S., Luciano, J. V., McCracken, L. M., Williams, D. A., y Arnold, L. M. (2024). Self-guided digital acceptance and commitment therapy for fibromyalgia management: Results of a randomized, active-controlled, phase II pilot clinical trial. *Journal of Behavioral Medicine*, 47(1), 27–42. <https://doi.org/10.1007/s10865-023-00429-3>
- De la Coba, P., Rodríguez-Valverde, M., y Hernández-López, M. (2022). Online ACT intervention for fibromyalgia: An exploratory study of feasibility and preliminary effectiveness with smartphone-delivered experiential sampling assessment. *Internet Interventions*, 29, Artículo 100561. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100561>
- Eastwood, F., y Godfrey, E. (2024). The efficacy, acceptability and safety of acceptance and commitment therapy for fibromyalgia – a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Pain*, 18(3), 243–256. <https://doi.org/10.1177/20494637231221451>

- Galvez-Sánchez, C. M., Duschek, S., y Reyes del Paso, G. A. (2019). Psychological impact of fibromyalgia: Current perspectives. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 117–127. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S178240>
- Gendreau, R. M., McCracken, L. M., Williams, D. A., Luciano, J. V., Dai, Y., Vega, N., Ghalib, Z., Guthrie, K., Kraus, A. C., Rosenbluth, M. J., Vaughn, B., Zomnir, J. M., Reddy, D., Chadwick, A. L., Clauw, D. J., y Arnold, L. M. (2024). Self-guided digital behavioural therapy versus active control for fibromyalgia (PROSPER-FM): A phase 3, multicentre, randomised controlled trial. *The Lancet*, 404(10450), 364–374. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)00909-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)00909-7)
- Harris, R. (2019). *ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy* (2.^a ed.). New Harbinger Publications. L
- Hayes, S. C., y Hofmann, S. G. (Eds.). (2018). *Process-based CBT: The science and core clinical competencies of cognitive behavioral therapy*. New Harbinger Publications.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., y Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1–25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S. C., Pistorello, J., y Levin, M. E. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist*, 40(7), 976–1002. <https://doi.org/10.1177/0011000012460836>
- Hughes, L. S., Clark, J., Colclough, J. A., Dale, E., y McMillan, D. (2017). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for chronic pain: A systematic review and meta-analyses. *The Clinical Journal of Pain*, 33(6), 552–568. <https://doi.org/10.1097/AJP.0000000000000425>
- León-Jiménez, F. E., y Loza-Munarriz, C. (2015). Prevalencia de fibromialgia en el distrito de Chiclayo. *Revista Médica Herediana*, 26(3), 147–159.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2015000300003

León Vega, S. (2021). *La fibromialgia como problema actual de salud: Un abordaje diferente* (1.^a ed.). Universidad Peruana Cayetano Heredia.

López-Palomo, L. E., Vargas-Nieto, J. C., y Ruiz, F. J. (2022). Efficacy of acceptance and commitment therapy focused on repetitive negative thinking in fibromyalgia: A randomized multiple-baseline design. *Revista de Psicoterapia*, 33(122), 85–104. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i122.1150>

Marques, A. P., Santo, A. S. E., Berssaneti, A. A., Matsutani, L. A., y Yuan, S. L. K. (2017). A prevalência de fibromialgia: atualização da revisão de literatura. *Revista Brasileira de Reumatologia*, 57(4), 356–363. <https://doi.org/10.1016/j.rbr.2016.10.004>

Martinez-Calderon, J., García-Muñoz, C., Rufo-Barbero, C., Matias-Soto, J., y Cano-García, F. J. (2024). Acceptance and Commitment Therapy for chronic pain: An overview of systematic reviews with meta-analysis of randomized clinical trials. *The Journal of Pain*, 25(3), 595–617. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2023.09.013>

McCracken, L. M., y Vowles, K. E. (2014). Acceptance and commitment therapy and mindfulness for chronic pain: Model, process, and progress. *American Psychologist*, 69(2), 178–187. <https://doi.org/10.1037/a0035623>

Monroy-Hidalgo, A., Méndez-Dávila, B. A., Diestro-Jara, G. L., Ruiz, E. F., y Málaga, G. (2019). Fibromialgia, trayectoria y calidad de vida en un hospital de tercer nivel de Lima-Perú. *Acta Médica Peruana*, 36(1), 32–37. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172019000100006

Queiroz, L. P. (2013). Worldwide epidemiology of fibromyalgia. *Current Pain and Headache Reports*, 17(8), Artículo 356. <https://doi.org/10.1007/s11916-013-0356-5>

- Ramos, C., López Ríos, F., Peña Muñante, G., y Ordóñez-Carrasco, J. (2024). Group Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for fibromyalgia patients. *Clínica y Salud*, 35(2), 39–48. <https://doi.org/10.5093/clysa2024a1>
- Varallo, G., Cattivelli, R., Giusti, E. M., Landi, G., Spatola, C., Ruggiero, G. M., Franceschini, C., Tossani, E., Grandi, S., Capodaglio, P., y Castelnuovo, G. (2023). The efficacy of a brief acceptance-based group intervention in a sample of female patients with fibromyalgia and comorbid obesity: A randomised controlled trial. *Clinical and Experimental Rheumatology*, 41(6), 1332–1341. <https://doi.org/10.55563/clinexprheumatol/7hvaya>
- Vowles, K. E., Fink, B. C., y Cohen, L. L. (2014). Acceptance and Commitment Therapy for chronic pain: A diary study of treatment process in relation to reliable change in disability. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3(2), 74–80. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.04.003>
- Wilson, K. G., y Luciano, M. C. (2002). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Pirámide.
- Wolfe, F., Clauw, D. J., Fitzcharles, M.-A., Goldenberg, D. L., Häuser, W., Katz, R. L., Mease, P. J., Russell, A. S., Russell, I. J., y Walitt, B. (2016). 2016 Revisions to the 2010/2011 fibromyalgia diagnostic criteria. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 46(3), 319–329. <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2016.08.012>

Anexo A

Tabla de descriptores

P	I	O
Adults, female, women, men, male	Fibromyalgia, "Chronic pain"	"Acceptance and Commitment Therapy"
Adultos, mujer, mujeres, hombres, hombres	Fibromialgia, "dolor crónico"	"Terapia de aceptación y compromiso"

Estrategias de búsqueda:

P: adults OR female OR women OR men OR male

I: Fibromyalgia OR "Chronic pain"

O: "Acceptance and Commitment Therapy"

Anexo B

Estrategias de búsqueda de las tres bases de datos

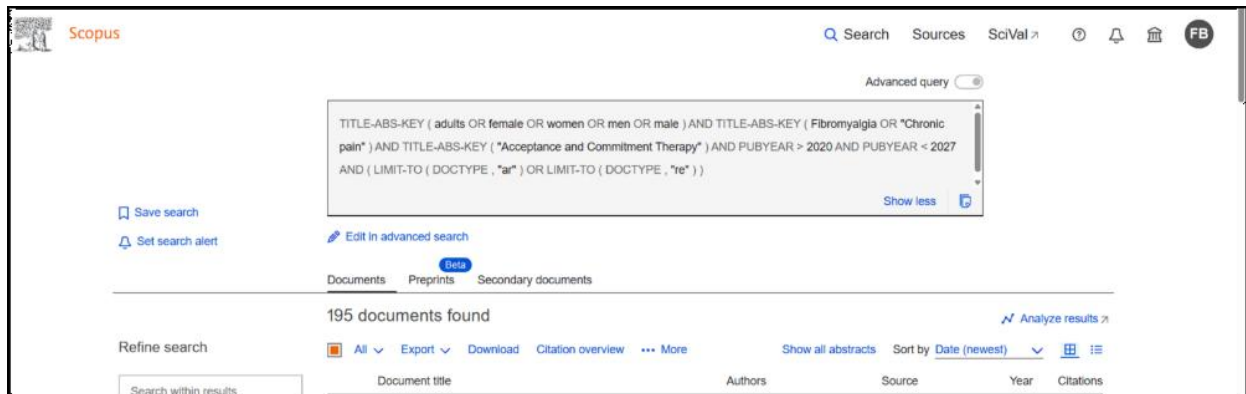


Ilustración 1. Búsqueda en Scopus

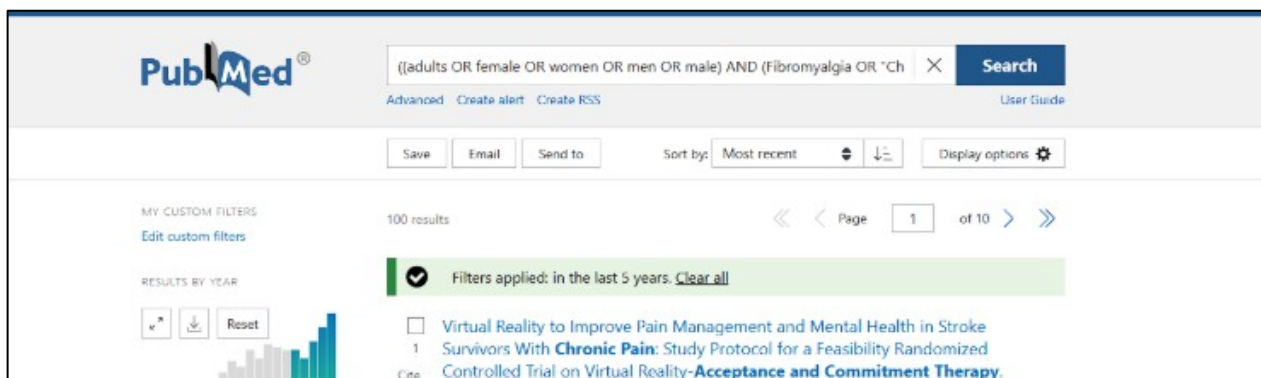


Ilustración 2. Búsqueda en PUBMED



Ilustración 3. Búsqueda en SCIELO