

NOMBRE DEL TRABAJO

**Artículo especialidad Evelyn Huarancca y
Giovanna Flores.doc**

AUTOR

Huarancca Flores

RECUENTO DE PALABRAS

5834 Words

RECUENTO DE CARACTERES

34167 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

22 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

222.0KB

FECHA DE ENTREGA

Aug 8, 2024 12:39 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Aug 8, 2024 12:39 AM GMT-5**● 12% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**EFICACIA DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN EL TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS
DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO EN MUJERES: UNA REVISION NARRATIVA**

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

Autoras:

Evelyn Miluska Huarancca Hilares
Giovanna Flores Quispe

Asesora:

Mg. Rosa Giulliana Briceño Sánchez

Lima, 17 de julio del 2024

Introducción

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan una serie de condiciones médicas y psiquiátricas complejas que afectan significativamente la salud y el bienestar de quienes las padecen (Moskowitz et al., 2023). Estos trastornos, que incluyen la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, el trastorno por atracón y otros trastornos relacionados, se caracterizan por patrones de alimentación desordenados, una preocupación excesiva por el peso y la imagen corporal, y comportamientos compensatorios poco saludables, como el ayuno y el vómito autoinducido (Di Sante et al., 2022). Además, los TCA están asociados con una serie de efectos adversos que van más allá de los aspectos físicos, impactando negativamente en las relaciones sociales y el funcionamiento diario de los individuos afectados (Di Sante et al., 2022; Fogelkvist et al., 2020, 2021; Moskowitz et al., 2023).

Estudios epidemiológicos realizados en diversos países han proporcionado cifras preocupantes sobre la prevalencia de los TCA. La Organización Mundial de la Salud ([OMS], 2022). ha informado que catorce millones de personas en todo el mundo padecen algún tipo de trastorno alimentario, con tres millones de estos casos correspondientes a niños y adolescentes. La distribución de los TCA varía según las regiones geográficas, con una prevalencia del 2,2 % en Europa, del 3,5 % en Asia y del 4,6 % en América (Arija-Val et al., 2022). Aunque tradicionalmente se consideraban más comunes en países occidentales desarrollados, otros estudios han revelado su presencia en países subdesarrollados, donde se observa un aumento alarmante en su incidencia (Kolar et al., 2016).

Estos trastornos no solo afectan a la persona a nivel individual, sino que también tienen un impacto en sus relaciones sociales y en su funcionamiento diario (Moskowitz et al., 2023; Orsillo & Batten, 2002; Usubini et al., 2021). Por ejemplo, las personas con TCA pueden

experimentar dificultades en las relaciones interpersonales debido a la preponderancia de los síntomas² relacionados con la alimentación y la imagen corporal. Además, pueden experimentar una disminución en su funcionamiento académico o laboral debido a la preocupación constante por la comida y el peso, así como a los comportamientos asociados, como la restricción alimentaria extrema o los atracones seguidos de purga (A. Juarascio et al., 2017; Neyland & Bardone-Cone, 2019; Wanden-Berghe et al., 2011).

En el contexto de los desafíos persistentes en el tratamiento de los TCA, la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT del inglés Acceptance and Commitment Therapy) ha surgido como una alternativa prometedora en el abordaje de estos trastornos (Cattivelli et al., 2021; Di Sante et al., 2022). La ACT¹² es una forma de terapia cognitivo-conductual de tercera generación que se basa en principios de la psicología contextual y la teoría del marco relacional. A diferencia de las terapias tradicionales, que a menudo se centran en cambiar o controlar los síntomas, la ACT busca mejorar la calidad de vida al fomentar la flexibilidad psicológica y la adaptación a las experiencias difíciles (Merwin et al., 2013; Orsillo & Batten, 2002; Rickardsson et al., 2021; Timko et al., 2015; Usubini et al., 2021). En la ACT, se enfatiza la importancia de aceptar las experiencias internas, como pensamientos y emociones, y comprometerse en acciones que estén alineadas con los valores personales y la dirección de vida deseada (Juarascio et al., 2021; Moskowitz et al., 2023; Riley et al., 2019). Esta orientación hacia los valores y la aceptación permite a los individuos responder de manera más eficaz a las dificultades y superar los obstáculos en su camino hacia una vida significativa y plena (Di Sante et al., 2022).

A lo largo de los años, varios estudios han investigado⁴ la eficacia de la ACT en el tratamiento de los TCA, tanto como en intervenciones independientes como en combinación con otras modalidades terapéuticas. Por ejemplo, Fogelkvist et al. (2020) llevaron a cabo un ensayo controlado aleatorio que demostró la efectividad de la ACT en la reducción de síntomas de

trastornos alimentarios residuales y problemas de imagen corporal. Adicionalmente, Manlick et al., (2013) proporcionaron una revisión exhaustiva de la literatura sobre la aplicación de la ACT en los TCA, destacando su potencial como enfoque terapéutico innovador (Berman et al., 2009; Manlick et al., 2013).

A pesar de los avances en la investigación y la aplicación clínica de la ACT en el tratamiento de los TCA, persisten brechas importantes en el conocimiento. Una de estas brechas es la falta de un enfoque específico en las necesidades de las mujeres afectadas por los TCA. Las mujeres tienen una prevalencia significativamente mayor de TCA en comparación con los hombres, lo que sugiere la necesidad de evaluar la efectividad de las intervenciones en esta población (Arija-Val et al., 2022).

Adicionalmente, en Perú, los TCA representan un problema de salud pública emergente, con una incidencia creciente, especialmente entre la población adolescente. Estudios previos han destacado la necesidad de intervenciones efectivas y basadas en la evidencia para abordar esta creciente carga de enfermedad en la población (Huete, 2022).

Dada la complejidad de los TCA y la necesidad de enfoques terapéuticos multidimensionales, es importante explorar críticamente la eficacia de intervenciones como la ACT en el tratamiento de estos trastornos en mujeres (Tone et al., 2022; Touriño et al., 2021). Esta revisión narrativa tiene como objetivo proporcionar una evaluación exhaustiva de la evidencia disponible sobre la eficacia de la ACT en una variedad de resultados clave relacionados con los TCA, con el fin de informar y mejorar las prácticas clínicas y el desarrollo de políticas de salud mental en el contexto peruano y global.

Metodología

El diseño del presente estudio corresponde a una revisión narrativa de la literatura sobre la eficacia de la ACT en el tratamiento de los trastornos del comportamiento alimentario en mujeres. Se realizaron búsquedas estratégicas en múltiples bases de datos, incluyendo PubMed, Scopus, Scielo y Google Scholar, para identificar estudios relevantes publicados entre enero de 2014 hasta enero del 2024, es decir los últimos 10 años, con el propósito de abordar los cambios conceptuales sobre la clasificación de los TCA.

Los términos de búsqueda incluyeron combinaciones de palabras clave relacionadas con la TCA, la ACT y la eficacia del tratamiento en mujeres, tanto en inglés como en español, por ejemplo, "Acceptance and Commitment Therapy" o "ACT" para ACT; para TCA consideramos los principalmente reportados como también los que se indican como otros no especificados "Anorexia Nervosa", "Bulimia Nervosa", "Binge-Eating Disorder", "Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder", "Eating Disorder", "Pica" y "Rumination Disorder"; precisamos la búsqueda en la población de estudio "Women" o "Females" y un término para el propósito del estudio "Effectiveness" o "Efficacy" (Tabla 1). Para el propósito de este estudio se ha considerado estudios experimentales y cuasi-experimentales, principalmente ensayos controlados aleatorios, estudios de cohorte y casos y controles que presenten resultados cuantitativos sobre la efectividad.

Tabla 1

Estrategias de búsqueda

Buscador	Comando de Búsqueda
PubMed	("Acceptance and Commitment Therapy" OR "ACT") AND ("Anorexia Nervosa" OR "Bulimia Nervosa" OR "Binge-Eating Disorder" OR "Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder" OR "Eating Disorder" OR "Pica" OR "Rumination Disorder") AND ("Women" OR "Females") AND ("Effectiveness" OR "Efficacy")
Scopus	TITLE-ABS-KEY("Acceptance and Commitment Therapy" OR "ACT")

	AND TITLE-ABS-KEY("Eating Disorder" OR "Anorexia Nervosa" OR "Bulimia Nervosa" OR "Binge-Eating Disorder") AND TITLE-ABS-KEY("effectiveness" OR "efficacy") AND TITLE-ABS-KEY("women" OR "females")
Scielo	("Terapia de Aceptación y Compromiso" OR ACT) AND (Trastornos de la Conducta Alimentaria" OR "Anorexia Nerviosa" OR "Bulimia Nerviosa" OR "Trastorno por Atracón" OR "Trastorno de la Ingesta Alimentaria Selectiva/Restrictiva" OR "Trastorno de Rumiantes")
Google Scholar	"Acceptance and Commitment Therapy" OR "ACT" AND ("Anorexia Nervosa" OR "Bulimia Nervosa" OR "Binge-Eating Disorder" OR "Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder" OR "Eating Disorders" OR "Pica" OR "Rumination Disorder") AND ("Effectiveness" OR "Efficacy") AND ("Women" OR "Females")

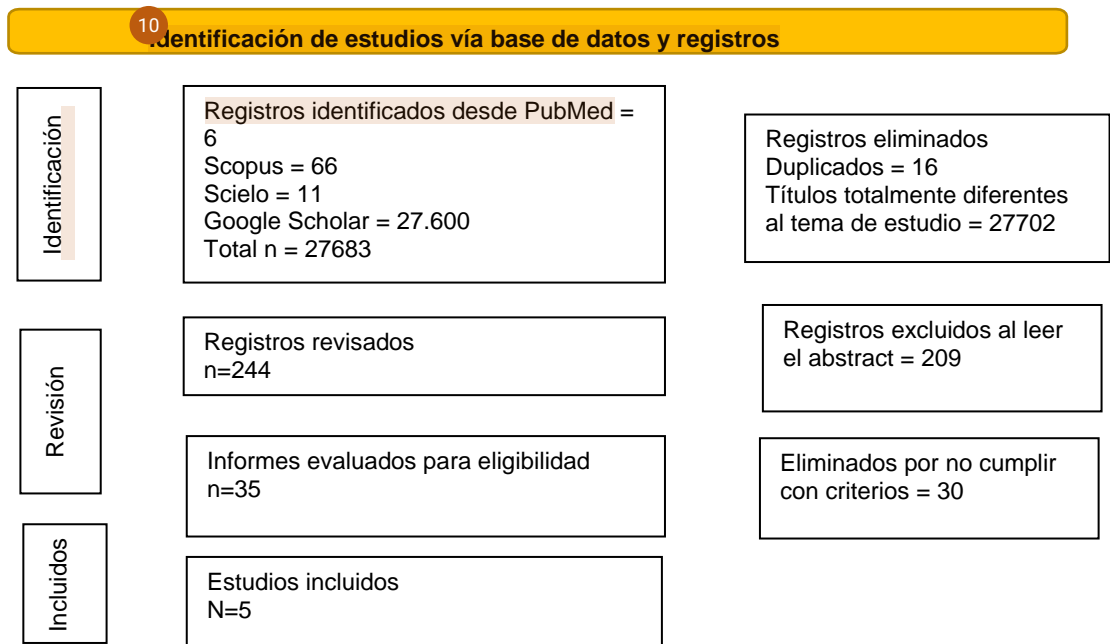
Para el proceso de la selección de datos se establecieron criterios de selección: (a) el trabajo es revisado por pares en una revista internacional, (b) la investigación se basa en datos empíricos (debían de informar acerca de los resultados derivados de estudios ensayos clínicos controlados o no; ensayos clínicos aleatorios o no y estudios piloto) que se relacionan con la eficacia del ACT sobre los TCA, (c) en los estudios se aplica la ACT o terapia derivada de la ACT y (d) pueden incluirse los trastornos relacionado con los trastornos de la conducta alimentaria como anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón, rumiación, pica y trastorno de la alimentación selectiva.

La Figura 1, precisa que, durante el proceso de búsqueda y selección de estudios, se identificaron 27.683 registros en PubMed, Scopus, Scielo y Google Scholar con base a los criterios de búsqueda se eliminaron 16 duplicados y 27.702 títulos que no correspondían o no eran relevantes para el tema de estudio. Luego, 244 estudios pasaron a revisión de abstracts o resúmenes, haciendo precisión del diseño de estudio y la población, de estos se excluyeron 209. Posteriormente, 35 estudios fueron evaluados para determinar la elegibilidad, resultando en la inclusión 5 estudios que cumplían con los

criterios establecidos, pero sobre todo el diseño del estudio que ofrecía datos sobre la efectividad de las intervenciones.

16 **Figura 1**

Diagrama de flujo del proceso de selección de estudio



Resultados

27 En la Tabla 3, se muestra un resumen de las investigaciones seleccionadas que coincide con el objetivo de investigación, al realizar el filtro nos quedamos con cinco investigaciones, la mayoría, estudios cuasi experimentales que muestran la eficacia de la ACT en las TCA. Los datos relevantes extraídos fueron autor, año, diseño de estudio, tipo de muestra, el número de participantes, duración de la intervención, tratamiento experimental (ACT), control y hallazgos.

Tabla 3

Resumen de los estudios seleccionados

Autor (Año)	Diseño de estudio	Muestra	N	Duración	Tratamiento Experimental (ACT)	Control	Hallazgos
Juarascio et al. (2021)	RCT: ensayo aleatorio de factibilidad piloto	Mayormente mujeres, BN	44	20 sesiones durante 20 semanas	MABT incorporó componentes de mindfulness y aceptación basados en ACT y DBT, centrándose en la tolerancia a la angustia, la modulación emocional y la toma de decisiones basada en valores para facilitar el cambio de comportamiento	20 sesiones individuales de TCC basada en la versión enfocada de CBT-E	Reducciones significativas en episodios de atracones, conductas compensatorias, síntomas depresivos, mejoría en calidad de vida, conciencia y variedad emocional, tolerancia a la angustia, toma de decisiones basada en valores y modulación emocional.
Fogelkvist et al. (2020)	RCT	Mujeres, TCA	99	12 sesiones durante 12 semanas	Libro de autoayuda basado en ACT	TAU consistió en que los participantes asignados a este grupo fueron instruidos a continuar su tratamiento en colaboración con su terapeuta de la misma manera que si no estuvieran en el estudio.	Reducción significativa en síntomas de trastornos alimentarios y problemas de imagen corporal en el grupo ACT.
Timko et al (2015)	Ensayo abierto	47 familias con adolescentes AN	89% adolescentes mujeres	20 sesiones durante 24 semanas	Se utilizó la ACT como tratamiento experimental para los participantes con AN.	n.e	El estudio encontró que el ASFT, fue tanto aceptado como viable para la mayoría de los participantes, con una tasa de abandono del 14.9%, que se encuentra dentro del rango observado en otros estudios de tratamiento familiar para la anorexia nerviosa. Esto sugiere que el enfoque ASFT fue bien recibido y que la mayoría pudo completar el tratamiento sin abandonarlo.
Juarascio et al. (2013)	Diseño de grupos no equivalente, Cuasiexperimental	Mujeres, TCA	159	n.e.	Sesiones de terapia grupal basadas en ACT	TAU que se basa en un enfoque ecléctico que incluye componentes psicodinámicos, feministas, interpersonales y cognitivo-conductuales.	Efectos observados en el estudio fueron relativamente pequeños y no siempre estadísticamente significativos. Los participantes en el grupo de ACT mostraron una tendencia hacia una menor patología alimentaria.

Merwin et al. (2013)	Piloto de un nuevo tratamiento	6 familias con adolescentes con AN	6 adolescentes	20 sesiones durante 24 semanas	ASFT	n.e.	La aceptabilidad del tratamiento fue adecuada, con padres calificándolo como creíble y esperando mejoras. Cinco de los seis adolescentes tratados con ASFT restauraron su peso ideal según las tablas de crecimiento. Muchos mostraron mejoras en la salud psicológica y el funcionamiento adaptativo. Los padres reportaron una disminución de la ansiedad y la carga del cuidador. El ASFT muestra promesa como opción de tratamiento para la AN, aunque se necesitan ensayos más grandes para evaluar su eficacia comparativa.
----------------------	--------------------------------	------------------------------------	----------------	--------------------------------	------	------	---

Nota: MABT=Terapia Basada en la Atención Plena y Aceptación, DBT=Terapia Dialéctica Conductual, Terapia Cognitivo-Conductual (CBT, en sus siglas en inglés o TCC), CBT-E=Enhanced Cognitive Behavioral Therapy, es un tipo de TCC mejorado, TAU=Tratamiento Habitual, ASFT=Tratamiento Familiar Separado basado en Aceptación (ASFT, en sus siglas en inglés), RCT= Ensayo clínico aleatorizado, n.e. = no específica

La eficacia de la ACT en la reducción de síntomas de TCA en mujeres

La ACT demostró ser eficaz en la reducción de síntomas de TCA en varios estudios, por ejemplo, Juarascio et al. (2021) encontraron reducciones significativas en los episodios de atracones y conductas compensatorias. Similarmente, Fogelkvist et al. (2020) reportaron una disminución significativa en los síntomas de TCA y problemas de imagen corporal en el grupo tratado con ACT. Estos resultados se mantuvieron en el seguimiento a dos años, sugiriendo una efectividad a largo plazo de la terapia de ACT en el manejo de los TCA. Asimismo, el estudio previo de Juarascio et al. (2013) indicó mejoras adicionales en la patología alimentaria en mujeres con trastornos de la alimentación que recibieron sesiones de ACT como parte del tratamiento habitual en comparación con aquellas que no recibieron ACT, aunque los efectos fueron relativamente pequeños demostraron que la terapia de ACT puede complementar y mejorar los resultados del tratamiento habitual. Por otro lado, Merwin et al. (2013) y Timko et al. (2015) demostraron que el tratamiento familiar basado en la aceptación separada (ASFT), una forma de ACT que incluye a miembros de la familia, es efectivo en pacientes con anorexia.

Sobre el impacto psicológico de la ACT se observó un impacto positivo en la salud mental y la calidad de vida de las participantes. En Juarascio et al. (2021), se observó reducciones significativas en los síntomas de depresión y mejoras en la calidad de vida, así como en la conciencia y claridad emocional, la tolerancia en la angustia y la toma de decisiones basadas en valores. En el estudio de Timko et al. (2015), reportaron que el tratamiento basado en ACT fue bien recibido, con una baja tasa de abandono y mejoras en la salud psicológica y el funcionamiento adaptativo de adolescentes mujeres, así también en Merwin et al. (2013).

La efectividad del ACT se ha observado en trastornos específicos de la conducta alimentaria, como la Bulimia Nerviosa (BN) y la Anorexia Nerviosa (AN). Juarascio et al. (2021) centraron su estudio piloto de viabilidad aleatorizado en mujeres con trastornos del espectro de la bulimia. Timko et al. (2015) evidenció la efectividad en participantes con anorexia y Fogelkvist et al. (2020) dirigieron su ensayo controlado aleatorio hacia mujeres con trastornos alimentarios, sin especificar un trastorno particular. En el estudio de Juarascio et al. (2013) no especificaron un trastorno alimentario particular en su estudio de grupos no equivalente, pero incluyeron a mujeres con trastornos de la conducta alimentaria.

Al comparar la ACT con otras intervenciones o con el tratamiento habitual (TAU), el estudio de Juarascio et al. (2021) que comparó ACT con Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), se sugieren que la ACT puede ser más efectiva que la CBT-E (una TCC mejorada) en el tratamiento de trastornos de la alimentación (Juarascio et al., 2021; Murphy et al., 2020). El estudio de Fogelkvist et al. (2020) comparó la ACT con el TAU, donde, se encontró que las participantes que recibieron ACT mostraron una reducción significativa en los síntomas de trastornos alimentarios y problemas de imagen corporal en comparación con aquellas que recibieron TAU y como se indicó arriba, se mantuvo en el seguimiento a dos años. Por otro lado, Juarascio et al. (2013) compararon la adición de sesiones de ACT al tratamiento habitual con el tratamiento habitual solo encontrando que la inclusión de sesiones de ACT condujo a mejoras adicionales. Otras formas de tratamiento, han utilizado formas de ACT más complejas y que implican a otros elementos como la familia, por ejemplo, el MABT (Juarascio et al., 2021), el ASFT (Merwin et al., 2013; Timko et al., 2015).

En general, la aceptabilidad y factibilidad de las intervenciones basadas en ACT han sido ampliamente evaluadas en varios estudios revisados (Juarascio et al., 2021; Fogelkvist et al., 2020; Timko et al., 2015). Por ejemplo, en Juarascio et al. (2021), que trato de un estudio sobre la viabilidad, se menciona que el MABT mostró evidencia preliminar de viabilidad y aceptabilidad adecuadas para respaldar pruebas adicionales en futuros ensayos clínicos. En el estudio de Fogelkvist et al. (2020) no precisa el nivel de aceptabilidad y viabilidad, pero se menciona que la intervención fue bien tolerada y fácilmente aplicable en el entorno clínico, con un bajo numero de abandono y en Timko et al. (2015) encontraron que el Tratamiento Familiar Separado basado en Aceptación (ASFT) fue aceptado y viable para la mayoría de los participantes, con una tasa de abandono del 14.9%, dentro del rango observado en otros estudios de tratamiento familiar para la anorexia nerviosa. Merwin et al. (2013) reportaron que los padres calificaron el tratamiento como creíble y con altas expectativas de mejora de sus hijos, y cinco de los seis adolescentes tratados con ASFT lograron restaurar su peso al índice de masa corporal ideal. Por otro lado, solo un estudio no proporciona información de la aceptabilidad y viabilidad, Juarascio et al. (2013), precisa que, aunque los efectos observados en el grupo de ACT fueron relativamente pequeños, sugieren que la inclusión de sesiones de ACT en el tratamiento puede conducir a mejoras adicionales en la patología alimentaria en mujeres con trastornos de la alimentación.

Discusión

La presente revisión narrativa se centra en la evaluación de la efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en mujeres. Los resultados finales de la estrategia de búsqueda fueron cinco estudios que

abordan diferentes aspectos de la efectividad, aplicabilidad y factibilidad de la ACT en esta población en particular. Los resultados obtenidos de la revisión narrativa confirman la eficacia y aplicabilidad de la ACT, como se reporta en otros estudios en población general (Chew et al., 2023; Manlick et al., 2013; Wanden-Berghe et al., 2011). No obstante, estudios como el de Linardon et al., (2019) precisan que faltan estudios sobre la ACT y que las TCC deberían de momento mantener su prioridad en el tratamiento de los TCA (Buerger et al., 2021; Linardon et al., 2017, 2019; Russell et al., 2023).

Los resultados de los estudios revisados de todas maneras indican consistentemente ² que la ACT es una intervención efectiva para el tratamiento de los TCA en mujeres. El estudio piloto de Juarascio et al. (2021) y el ensayo controlado aleatorio de Fogelkvist et al. (2020) encontraron reducciones significativas en los síntomas de los trastornos alimentarios, como los episodios de atracones y las conductas compensatorias, entre las participantes que recibieron ACT en comparación con los grupos de control. Los estudios de Merwin et al. (2013) y Timko et al. (2015) resaltan por sus resultados en el funcionamiento adaptativo de las participantes. Estos hallazgos son consistentes con la literatura existente que respalda la eficacia de la ACT en el tratamiento de una variedad de trastornos psicológicos, incluidos los trastornos alimentarios (Berman et al., 2009; Cattivelli et al., 2021; Di Sante et al., 2022; Orsillo & Batten, 2002; Usubini et al., 2021).

La eficacia de la ACT se observó no solo ¹⁷ en la reducción de los síntomas específicos de los TCA, sino también en la mejora del bienestar psicológico general ¹⁵ y la calidad de vida de las participantes. Además de demostrar su efectividad general en el tratamiento de los TCA, la ACT también ha mostrado ser adaptable a diferentes trastornos específicos ³ de la conducta alimentaria, como la bulimia nerviosa (BN) y la anorexia nerviosa (AN). Los estudios revisados incluyeron

participantes con una variedad de diagnósticos de TCA, lo que sugiere que la ACT puede ser beneficiosa independientemente del tipo específico de trastorno. Sin embargo, un estudio reciente de Russell et al. (2023) precisan que hay poca evidencia sobre trastornos referidos a la restricción/evitación, otros trastornos relacionados y de la ingesta de alimentos no especificados, donde incluso la TCC tampoco ha demostrado su efectividad.

Los estudios de Timko et al. (2015) y Merwin et al. (2013) demostraron la efectividad de la ACT en el contexto del tratamiento familiar para la AN. Estos estudios sugieren que la ACT no solo puede ser útil como intervención individual, sino que también puede integrarse de manera efectiva en enfoques de tratamiento más amplios (Caiels et al., 2021; Dindo et al., 2017; Kumpfer, 2014), como la terapia familiar. Esta adaptabilidad de la ACT a diferentes contextos y modalidades de tratamiento aumenta su utilidad y relevancia clínica en el abordaje de los TCA en mujeres (Mills et al., 2023).

Estudios como el de Hill et al. (2020) proporcionan evidencia adicional sobre la eficacia de la ACT en la reducción de la inflexibilidad psicológica relacionada con la imagen corporal y la disminución de conductas evitativas, aspectos cruciales en el abordaje de TCA. Estos resultados respaldan investigaciones previas que destacan la capacidad de la ACT para promover una mayor conciencia y aceptación de las experiencias internas, lo que puede conducir a cambios positivos en la sintomatología de los TCA (Di Sante et al., 2022; Merwin et al., 2013; Timko et al., 2015). En general, los hallazgos sugieren que la ACT puede ser efectiva para abordar múltiples áreas de funcionamiento psicológico y emocional en mujeres con TCA (Juarascio et al., 2010, 2013, 2017, 2021).

La comparación entre la ACT y los tratamientos habituales para los TCA arroja resultados prometedores en favor de la ACT. Principalmente, Juarascio et al. (2021) observaron mejoras

significativas en múltiples áreas, incluyendo una reducción en los episodios de atracones y conductas compensatorias, síntomas depresivos, aumento en la calidad de vida y una mejora en la conciencia emocional, en comparación con la TCC. A pesar de lo indicado previamente (Linardon et al., 2017, 2019), estos hallazgos sugieren que la ACT puede ser más efectiva que la TCC en el tratamiento de los TCA en mujeres (Tone et al., 2022; Touriño et al., 2021). De todas maneras, Moskowitz et al. (2023), hizo una revisión de la acción conjunta de terapias de ACT y TCC encontrando una mejora considerable ya que no solo mejora los síntomas de TCA sino también reduce otros síntomas psicológicos.

Esta perspectiva multidisciplinaria destaca ²³ la necesidad de un enfoque integral en el tratamiento de los TCA, que incorpore diferentes modalidades terapéuticas para abordar las complejas necesidades de los pacientes. En ese sentido, se han integrado múltiples enfoques en conjunto con el ACT, para lidiar con los efectos de los TCA, intervenciones tales como el Tratamiento Familiar Separado basado en Aceptación (ASFT) (Juarascio et al., 2013; Merwin et al., 2013; Timko et al., 2015) y la Terapia Basada en la Atención Plena y Aceptación (MABT), que integraba habilidades de tratamiento conductual central con principios de Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y Terapia Dialéctica Conductual (DBT).

En general, la aceptabilidad y factibilidad de las intervenciones basadas en ACT han sido ampliamente evaluadas en varios estudios de los revisados (Fogelkvist et al., 2020; Juarascio et al., 2021; Timko et al., 2015), donde se ha reportado una baja tasa de abandono y sobre todo una alta aceptación de los tratamientos, por ejemplo, entre las mujeres con trastornos del espectro de la bulimia y otros TCA no especificados (Juarascio et al., 2010, 2013, 2017, 2021). Un tratamiento complementario a la intervención familiar también fue respaldado como factible y aceptable por los familiares, donde la tasa de abandono solo fue del 14% (Merwin et al., 2013;

Timko et al., 2015)

Es importante considerar la evolución temporal de los estudios incluidos en esta revisión. A lo largo de los años, hemos visto una mayor sofisticación en el diseño de los estudios y una mayor diversidad en las muestras estudiadas. Por ejemplo, mientras que los primeros estudios se centraron principalmente en mujeres con AN o BN, investigaciones más recientes han explorado la eficacia del ACT en poblaciones más diversas, como mujeres con trastornos alimentarios no especificados (TANE) o con patología comórbida (Chew et al., 2023; Felske et al., 2022; Kolar et al., 2016; Moskowitz et al., 2023; Touriño et al., 2021).

A pesar de los resultados alentadores, existen áreas que requieren una mayor investigación. Es importante explorar más a fondo los mecanismos de acción de la ACT en el tratamiento de los TCA en mujeres. También, se debe considerar la adaptación cultural y contextual de la ACT para asegurar su aplicabilidad en diversas poblaciones. Asimismo, la evidencia reportada sobre la eficacia en los diferentes tipos de TCA fue limitado ya que se reportaron en anorexia y bulimia, otros estudios sugieren profundizar más en los trastornos referidos a la restricción/evitación y a los denominados como ingesta de alimentos no especificados (Russell et al., 2023). Así, se necesitan más investigaciones para comprender completamente su alcance y aplicabilidad en esta población, como también, para comparar su efectividad con otros enfoques terapéuticos disponibles (Mills et al., 2023; Moskowitz et al., 2023; Wanden-Berghe et al., 2011).

Para avanzar en la comprensión de la efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en mujeres, se recomienda la estandarización de los protocolos de intervención. Los investigadores deben trabajar en colaboración para desarrollar protocolos de tratamiento coherentes que

especifiquen la duración, frecuencia y contenido de las sesiones de ACT. Estos protocolos estandarizados facilitarán la comparación entre estudios y permitirán una evaluación más precisa de la efectividad de la ACT en diferentes poblaciones y contextos clínicos. También, profundizar en la comprensión de cómo y por qué la ACT es efectiva en el tratamiento de los TCA en mujeres, se recomienda llevar a cabo investigaciones que examinen los mecanismos de cambio subyacentes. Los estudios revisados han demostrado consistentemente los efectos beneficiosos de la ACT en una variedad de medidas de resultado, pero se necesita una mayor claridad sobre los procesos psicológicos y comportamentales que impulsan estos cambios. En conclusión, la evidencia disponible respalda la eficacia de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el tratamiento de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en mujeres.

Referencias

- Arija-Val, V., Santi-Cano, M. J., Novalbos-Ruiz, J. P., Canals, J., Rodríguez-Martín, A., Arija-Val, V., Santi-Cano, M. J., Novalbos-Ruiz, J. P., Canals, J., & Rodríguez-Martín, A. (2022). Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(SPE2), 8–15. <https://doi.org/10.20960/NH.04173>
- Berman, M. I., Boutelle, K. N., & Crow, S. J. (2009). A case series investigating acceptance and commitment therapy as a treatment for previously treated, unremitted patients with anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 17(6), 426–434. <https://doi.org/10.1002/erv.962>
- Buerger, A., Vloet, T. D., Haber, L., & Geissler, J. M. (2021). Third-wave interventions for eating disorders in adolescence - systematic review with meta-analysis. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 8(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s40479-021-00158-6>
- Caiels, J., Milne, A., & Beadle-Brown, J. (2021). Strengths-Based Approaches in Social Work and Social Care: Reviewing the Evidence. *Journal of Long-Term Care*, 2021(2021), 401–422. <https://doi.org/10.31389/JLTC.102>
- Cattivelli, R., Usubini, A. G., Manzoni, G. M., Riboni, F. V., Pietrabissa, G., Musetti, A., Franceschini, C., Varallo, G., Spatola, C. A. M., Giusti, E., Castelnuovo, G., & Molinari, E. (2021). ACTonfood. Acceptance and commitment therapy-based group treatment compared to cognitive behavioral therapy-based group treatment for weight loss maintenance: an individually randomized group treatment trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph18189558>
- Chew, H. S. J., Chng, S., Rajasegaran, N. N., Choy, K. H., & Chong, Y. Y. (2023). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on weight, eating behaviours and psychological outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Eating and Weight Disorders*, 28(1). <https://doi.org/10.1007/s40519-023-01535-6>
- Di Sante, J., Akeson, B., Gossack, A., & Knäuper, B. (2022). Efficacy of ACT-based treatments for dysregulated eating behaviours: A systematic review and meta-analysis. *Appetite*, 171. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.105929>
- Dindo, L., Van Liew, J. R., & Arch, J. J. (2017). Acceptance and Commitment Therapy: A Transdiagnostic Behavioral Intervention for Mental Health and Medical Conditions. *Neurotherapeutics*, 14(3), 546. <https://doi.org/10.1007/S13311-017-0521-3>
- Felske, A. N., Williamson, T. M., Rash, J. A., Telfer, J. A., Toivonen, K. I., & Campbell, T. (2022). Proof of Concept for a Mindfulness-Informed Intervention for Eating Disorder Symptoms, Self-Efficacy, and Emotion Regulation among Bariatric Surgery Candidates. *Behavioral Medicine*, 48(3), 216–229. <https://doi.org/10.1080/08964289.2020.1828255>
- Fogelkvist, M., Gustafsson, S. A., Kjellin, L., & Parling, T. (2020). Acceptance and commitment therapy to reduce eating disorder symptoms and body image problems in patients with residual eating disorder symptoms: A randomized controlled trial. *Body Image*, 32, 155–166. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.01.002>
- Fogelkvist, M., Parling, T., Kjellin, L., & Gustafsson, S. A. (2021). Live with your body – participants’ reflections on an acceptance and commitment therapy group intervention for patients with residual eating disorder symptoms. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 20, 184–193. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.04.006>
- Hill, M. L., Schaefer, L. W., Spencer, S. D., & Masuda, A. (2020). Compassion-focused

- acceptance and commitment therapy for women with restrictive eating and problematic body-checking: A multiple baseline across participants study. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 16, 144–152. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.04.006>
- Huete, M. (2022). Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(1), 66–71. <https://doi.org/10.20453/RNP.V85I1.4156>
- Juarascio, A., Forman, E., & Herbert, J. (2010). Acceptance and commitment therapy versus cognitive therapy for the treatment of comorbid eating pathology. *Behavior Modification*, 34(2), 175–190. <https://doi.org/10.1177/0145445510363472>
- Juarascio, A., Manasse, S., Schumacher, L., Espel, H., & Forman, E. (2017). Developing an Acceptance-Based Behavioral Treatment for Binge Eating Disorder: Rationale and Challenges. *Cognitive and Behavioral Practice*, 24(1), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2015.12.005>
- Juarascio, A., Parker, M., Hunt, R., Murray, H., Presseller, E., & Manasse, S. (2021). Mindfulness and acceptance-based behavioral treatment for bulimia-spectrum disorders: A pilot feasibility randomized trial. *International Journal of Eating Disorders*, 54(7), 1270–1277. <https://doi.org/10.1002/eat.23512>
- Juarascio, A., Shaw, J., Forman, E., Timko, C. A., Herbert, J., Butryn, M., Bunnell, D., Matteucci, A., & Lowe, M. (2013). Acceptance and Commitment Therapy as a Novel Treatment for Eating Disorders: An Initial Test of Efficacy and Mediation. *Behavior Modification*, 37(4), 459–489. <https://doi.org/10.1177/0145445513478633>
- Kolar, D. R., Rodriguez, D. L. M., Chams, M. M., & Hoek, H. W. (2016). Epidemiology of eating disorders in Latin America: a systematic review and meta-analysis. *Current Opinion in Psychiatry*, 29(6), 363–371. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000279>
- Kumpfer, K. L. (2014). Family-Based Interventions for the Prevention of Substance Abuse and Other Impulse Control Disorders in Girls. *ISRN Addiction*, 2014, 1–23. <https://doi.org/10.1155/2014/308789>
- Linardon, J., Fairburn, C. G., Fitzsimmons-Craft, E. E., Wilfley, D. E., & Brennan, L. (2017). The empirical status of the third-wave behaviour therapies for the treatment of eating disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 58, 125–140. <https://doi.org/10.1016/J.CPR.2017.10.005>
- Linardon, J., Gleeson, J., Yap, K., Murphy, K., & Brennan, L. (2019). Meta-analysis of the effects of third-wave behavioural interventions on disordered eating and body image concerns: implications for eating disorder prevention. *Cognitive Behaviour Therapy*, 48(1), 15–38. <https://doi.org/10.1080/16506073.2018.1517389>
- Manlick, C. F., Cochran, S. V., & Koon, J. (2013). Acceptance and commitment therapy for eating disorders: Rationale and literature review. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 43(2), 115–122. <https://doi.org/10.1007/S10879-012-9223-7/METRICS>
- Merwin, R. M., Zucker, N. L., & Timko, C. A. (2013). A Pilot Study of an Acceptance-Based Separated Family Treatment for Adolescent Anorexia Nervosa. *Cognitive and Behavioral Practice*, 20(4), 485–500. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2012.11.001>
- Mills, R., Hyam, L., & Schmidt, U. (2023). A Narrative Review of Early Intervention for Eating Disorders: Barriers and Facilitators. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 14, 217. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S415698>
- Moskowitz, R., Schecter, A., & Sala, M. (2023). Combined Mindfulness- and Acceptance-Based Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Treatments for Eating Disorders: A Narrative Review. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 53(2), 125–131.

<https://doi.org/10.1007/s10879-022-09556-5>

- Murphy, R., Calugi, S., Cooper, Z., & Dalle Grave, R. (2020). Challenges and opportunities for enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) in light of COVID-19. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 13, e14. <https://doi.org/10.1017/S1754470X20000161>
- Neyland, M. K. H., & Bardone-Cone, A. M. (2019). Treatment experiences of Latinas with current or past binge eating disorder and/or bulimia nervosa. *Eating Disorders*, 27(2), 253–265. <https://doi.org/10.1080/10640266.2019.1591827>
- OMS, O. M. de la S. (2022). *Mental disorders*. Mental Disorders. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Orsillo, S. M., & Batten, S. V. (2002). ACT as treatment of a disorder of excessive control: Anorexia. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9(3), 253–259. [https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(02\)80057-8](https://doi.org/10.1016/S1077-7229(02)80057-8)
- Rickardsson, J., Gentili, C., Holmström, L., Zetterqvist, V., Andersson, E., Persson, J., Lekander, M., Ljótsson, B., & Wicksell, R. K. (2021). Internet-delivered acceptance and commitment therapy as microlearning for chronic pain: A randomized controlled trial with 1-year follow-up. *European Journal of Pain (United Kingdom)*, 25(5), 1012–1030. <https://doi.org/10.1002/ejp.1723>
- Riley, B. J., Smith, D., & Baigent, M. F. (2019). Mindfulness and Acceptance-Based Group Therapy: An Uncontrolled Pragmatic Pre-Post Pilot Study in a Heterogeneous Population of Female Prisoners. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 63(15–16), 2572–2585. <https://doi.org/10.1177/0306624X19858487>
- Russell, H., Aouad, P., Le, A., Marks, P., Maloney, D., Aouad, P., Barakat, S., Boakes, R., Brennan, L., Bryant, E., Byrne, S., Caldwell, B., Calvert, S., Carroll, B., Castle, D., Caterson, I., Chelius, B., Chiem, L., Clarke, S., ... Maguire, S. (2023). Psychotherapies for eating disorders: findings from a rapid review. *Journal of Eating Disorders*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-023-00886-w>
- Timko, C. A., Zucker, N. L., Herbert, J. D., Rodriguez, D., & Merwin, R. M. (2015). An open trial of Acceptance-based Separated Family Treatment (ASFT) for adolescents with anorexia nervosa. *Behaviour Research and Therapy*, 69, 63–74. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.03.011>
- Tone, J., Chelius, B., & Miller, Y. D. (2022). The effectiveness of a feminist-informed, individualised counselling intervention for the treatment of eating disorders: a case series study. *Journal of Eating Disorders*, 10(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/S40337-022-00592-Z/TABLES/2>
- Touriño, A. G., Feixas, G., Medina, J. C., Paz, C., & Evans, C. (2021). Effectiveness of integrated treatment for eating disorders in Spain: protocol for a multicentre, naturalistic, observational study. *BMJ Open*, 11(3), e043152. <https://doi.org/10.1136/BMJOPEN-2020-043152>
- Usubini, A. G., Cattivelli, R., Bertuzzi, V., Varallo, G., Rossi, A. A., Volpi, C., Bottacchi, M., Tamini, S., De Col, A., Pietrabissa, G., Molinari, E., & Sartorio, A. (2021). The actyourchange in teens study protocol: An acceptance and commitment therapy-based intervention for adolescents with obesity: A randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph18126225>
- Wanden-Berghe, R. G., Sanz-Valero, J., & Wanden-Berghe, C. (2011). The application of mindfulness to eating disorders treatment: A systematic review. *Eating Disorders*, 19(1),

34–48. <https://doi.org/10.1080/10640266.2011.533604>

ANEXO 1

Lista de descriptores

EFICACIA	ACT	TCA	MUJERES
Efectividad	Intervenciones conductuales de la tercera ola terapias de tercera generación Steven Hays	Imagen corporal trastorno por atracón anorexia nerviosa bulimia nerviosa trastorno de la conducta alimentaria síndrome de descontrol alimentario trastorno por exceso de comida trastornos de la ingesta de alimentos trastornos de la ingestión de alimentos trastornos del apetito Trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos trastornos de alimentación trastorno alimentario trastornos alimentarios trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos	Femenino Mujeres

● 12% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Universidad Pública de Navarra on 2024-08-01 Submitted works	2%
2	sifp.psico.edu.uy Internet	2%
3	pesquisa.bvsalud.org Internet	<1%
4	Universidad Loyola Andalucia on 2023-07-17 Submitted works	<1%
5	spotidoc.com Internet	<1%
6	purehost.bath.ac.uk Internet	<1%
7	infopes on 2024-07-29 Submitted works	<1%
8	zagan.unizar.es Internet	<1%

9	Universidad Internacional de la Rioja on 2023-07-19 Submitted works	<1%
10	Universidad Internacional Isabel I de Castilla on 2024-06-17 Submitted works	<1%
11	Universidad Europea de Madrid on 2022-04-20 Submitted works	<1%
12	Universidad Europea de Madrid on 2024-04-11 Submitted works	<1%
13	Universidad Internacional de la Rioja on 2024-07-16 Submitted works	<1%
14	Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD on 2023-12-06 Submitted works	<1%
15	Universidad de Jaén on 2023-10-24 Submitted works	<1%
16	UNIBA on 2024-06-21 Submitted works	<1%
17	Universidad Internacional Isabel I de Castilla on 2023-06-20 Submitted works	<1%
18	Universidad Internacional de la Rioja on 2024-07-02 Submitted works	<1%
19	Universidad Manuela Beltrán on 2024-06-01 Submitted works	<1%
20	Universidad de Jaén on 2017-12-15 Submitted works	<1%

21	Universidad de Málaga - Tii on 2024-05-14 Submitted works	<1%
22	es.watershedconnect.org Internet	<1%
23	prezi.com Internet	<1%
24	Adtalem Global Education, Inc. on 2023-01-07 Submitted works	<1%
25	Saint Leo University on 2022-10-20 Submitted works	<1%
26	Unviersidad de Granada on 2021-05-25 Submitted works	<1%
27	slideshare.net Internet	<1%
28	dspace.umh.es Internet	<1%
29	Fundación Universitaria Fray Francisco Jiménez de Cisneros on 2024-... Submitted works	<1%
30	London School of Hygiene and Tropical Medicine on 2019-10-15 Submitted works	<1%
31	Universidad de Cádiz on 2023-05-16 Submitted works	<1%
32	Universidad de Jaén on 2018-06-22 Submitted works	<1%

33	dspace.ucacue.edu.ec Internet	<1%
34	inicia.es Internet	<1%
35	elsevier.es Internet	<1%

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Bloques de texto excluidos manualmente

BLOQUES DE TEXTO EXCLUIDOS

La Organización Mundial de la Salud ([OMS

www.coursehero.com

las personas con TCA pueden experimentar dificultades en las relaciones interpers...

Universidad TecMilenio on 2024-04-15

psicología contextual y la teoría del marco relacional

contextualscience.org

una revisión

repositori.uji.es

Anorexia Nervosa", "Bulimia Nervosa", "Binge-Eating Disorder", "Avoidant/Restricti...

www.msmanuals.com

tanto en inglés como en español

Universidad Internacional Isabel I de Castilla on 2022-12-12

Tabla 1 Estrategias de búsqueda

dspace.umh.es

debían de informar acerca de los resultados derivados de estudios ensayos clínic...

www.revistapsicologia.org