

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i1.3486>

Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado: una revisión sistemática

Effectiveness of acceptance and commitment therapy in adults with prolonged complex grief disorder: a systematic review

Arianne Rashell Pantoja Barba

rashellarianne@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-2284-3506>
Universidad Internacional de la Rioja
Santo Domingo – Ecuador

David Fabricio Cajas Fernández

cajasfernandezd@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-0302-4847>
Edificio Médico San Juan
Cotopaxi – Ecuador

Artículo recibido: 06 de febrero de 2025. Aceptado para publicación: 19 de febrero de 2025.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El objetivo del presente estudio fue realizar una revisión sistemática sobre la eficacia de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado. Esta exploración siguió el protocolo PRISMA, se encontraron 81 artículos de los cuales solamente cuatro cumplieron con los criterios de inclusión. Estas investigaciones indican que la ACT es efectiva en el tratamiento del trastorno de duelo complejo persistente ayudando a los pacientes a aceptar la pérdida, afrontar sus emociones y retomar sus vidas con mejoras significativas en adaptación al duelo y disminuir la sintomatología, la mayoría de los participantes eran mujeres adultas. A pesar de que los resultados fueron prometedores, existe una escasez de investigaciones. Se sugiere que para futuras investigaciones se profundice en este campo con el fin de validar y expandir los hallazgos actuales.


Palabras clave: terapia de aceptación y compromiso, duelo, efectividad, duelo prolongado, adaptación

Abstract

The aim of the present study was to conduct a systematic review on the efficacy of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in adults with prolonged complex grief disorder. This exploration followed the PRISMA protocol, 81 articles were found of which only four met the inclusion criteria. This research indicates that ACT is effective in the treatment of persistent complex grief disorder by helping patients to accept the loss, cope with their emotions and resume their lives with significant improvements in grief adjustment and decreased symptomatology, most of the participants were adult women. Although the results were promising, there is a paucity of research. It is suggested that future research should delve deeper into this field in order to validate and expand on the current findings.

Keywords: acceptance and commitment therapy, grief, effectiveness, prolonged bereavement,

coping

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Pantoja Barba, A. R., & Cajas Fernández, D. F. (2025). Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado: una revisión sistemática. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades 6 (1), 2225 – 2236.
<https://doi.org/10.56712/latam.v6i1.3486>

INTRODUCCIÓN

El trastorno por duelo complejo prolongado, al que nos referiremos en adelante simplemente como duelo complejo por razones de practicidad, es la extensión del proceso de duelo normal que todo ser humano en alguna etapa de su vida experimenta, este proceso anómalo trae consigo diversas características como la falta de control sobre sus propias emociones, por lo que el individuo podría llegar a presentar trastornos psicológicos como depresión, ansiedad, entre otros, haciendo que se perjudiquen las áreas en las que se desenvuelve (laboral, familiar, educativa, social) (Castillo, Pérez, & Becerra, 2021).

Según la Organización Mundial de la Salud (2023), la depresión es un gran problema que afecta a la población adulta y el duelo es una de sus causas, a nivel mundial el 5% de adultos la padecen, con mayor frecuencia en mujeres (50%), por otro lado, según datos de la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020), en Ecuador, la depresión, la ansiedad y los trastornos somatomorfos son comunes, representando un 42% de la población de estos la mayoría son mujeres con 637 y 453 hombres.

El duelo proviene de la pérdida de una persona con la que se tenía un fuerte vínculo. Cabe destacar que esto se da también por cambios de etapas de vida, por el afrontamiento de alguna enfermedad, entre otros. Esto trae consigo sentimientos como rabia, desesperanza, tristeza, ansiedad, miedo, desesperación, las cuales son una respuesta normal a lo que ocurre, también el proceso de duelo va acompañado de ciertas fases que la persona pasa. Estas pueden repetirse, pero lo importante es que finalicen para que el sujeto se pueda reintegrar a su vida cotidiana (Villagómez, Ornelas, Franco, Gutiérrez, & Martínez, 2020).

A lo largo de la historia, varios autores han establecido etapas para el duelo, la más conocida y aceptada es el Modelo Kübler-Ross el cual consta de 5 estados, empezando por: A) La negación, donde el individuo no acepta la pérdida, B) La ira, esta suele ir dirigida a los médicos, Dios, incluso al mismo fallecido, C) La negociación, donde el sujeto se queda anclado al pasado e intenta realizar una especie de pacto con un poder superior para evitar que le pasen estas situaciones, D) La depresión la cual se caracteriza por una tristeza extrema y usualmente esta es la etapa más larga del duelo, no necesariamente es una depresión clínica, E) La aceptación, en esta última etapa el individuo acepta la pérdida y retoma su vida cotidiana (León & Huarcaya, 2019).

Según la American Psychological Association (2014), para que un individuo sea diagnosticado con un trastorno por duelo complejo prolongado debe cumplir ciertos criterios como: A) Pérdida de un ser querido, B) Desde que ocurre la pérdida los siguientes síntomas se presentan casi todos los días durante al menos doce meses: 1. El individuo extraña de forma profunda al ser que perdió, 2. Pensamientos continuos acerca de la muerte, 3. Pensamientos continuos por las circunstancias de la muerte, C) Al menos seis de los siguientes síntomas deben presentarse a un grado significativo clínicamente: Alteración de la identidad desde la pérdida, no acepta la pérdida, evita todo lo que le recuerde al ser que perdió, dolor emocional intenso, no logra retomar las actividades de su vida diaria desde que ocurrió la pérdida, aturdimiento, pérdida del significado de la vida, soledad intensa, irritabilidad, problemas de confianza, D) Causa en el sujeto deterioro del funcionamiento en las áreas en las que se desarrolla, E) El individuo actúa de forma desproporcionada o incongruente en respuesta al duelo, F) No se explica por otros trastornos mentales.

Como podemos apreciar el duelo complejo provoca dificultades que afectan la salud tanto física como emocional. Estas dificultades pueden ser reducidas mediante una atención psicológica temprana. Existen diversos modelos terapéuticos para trabajar este tipo de problemática, entre ellos podemos destacar la terapia cognitivo conductual (TCC), la cual ha mostrado gran eficacia en el tratamiento de trastornos mentales como la depresión, ansiedad, duelo complejo, entre otros (Malkinson, 2010).

La TCC utiliza varias técnicas para tratar el duelo complejo como lo son la psicoeducación, comunicación asertiva, resolución de problemas, reestructuración cognitiva y entrenamiento en habilidades, haciendo que el paciente afronte la pérdida, cambiando determinadas creencias inoperantes vinculadas a evitar el dolor, lo cual, a su vez, reduce la sintomatología depresiva, permite la aceptación de la pérdida y reintegra al individuo a su vida diaria (Julian & Hernández, 2022).

Otros métodos que ha mostrado efectividad para el tratamiento de diversos trastornos son las llamadas terapias de tercera generación las cuales nacen como una alternativa accesible, bajo una visión contextual, donde se instaura que nuestro mundo interno es base para la comprensión de las situaciones externas, por lo que si estos últimos se evitan solo se logrará que el problema inicial se incremente generando así malestar (García, 2024).

Entre estas terapias de tercera generación tenemos a la Terapia de aceptación y compromiso (ACT) la cual busca crear flexibilidad cognitiva, habilidad que tiene un individuo para estar consciente en el momento presente, en el aquí y el ahora, siendo capaz de ajustar sus comportamientos hacia sus valores independientemente de los eventos privados difíciles o complicados para el sujeto. En este sentido, cuando hablamos de aceptación nos referimos a reconocer todas nuestras experiencias internas como sentimientos y pensamientos. Esto no quiere decir que nos deba agradar todas las experiencias por más incómodas sean estas, sino que en vez de ver estas experiencias como algo a evitar las tomemos de una forma más tranquila y amable con nosotros mismos (Harris, 2009).

Dentro de la ACT, cuando se evita estas experiencias o se intenta luchar con ellas, en vez de solucionar el problema se crea un efecto contraproducente, es decir mientras más se las evita más efectos adversos crea en la vida del individuo. Es por ello que, esta técnica utiliza la defusión cognitiva como herramienta para soltar la atención del contenido del pensamiento y la imagen que trae consigo haciendo que el sujeto pueda observar esta experiencia interna tal y como lo que es, solo un pensamiento que puede ir y venir de su mente sin causarle daño (Hayes, Pistolerello, & Levin, 2012).

Recordemos que la aceptación, la defusión, el contacto con el momento presente y el yo como contexto, forman parte de todo este proceso de dejar de huir o luchar contra los eventos privados. El ACT utiliza variedad de metáforas y atención plena, además de clarificar los valores de la persona, los cuales le servirá para guiar su comportamiento, no debemos confundir valores con metas. Las metas son objetivos que podemos cumplir, obtener y acabar, por ejemplo: comprar un auto. Los valores son acciones continuas, por ejemplo: ser amable, llevar una vida próspera. A continuación, con respecto al compromiso en ACT se refiere a la acción comprometida es decir lo que se hará para poder vivir según nuestros valores ya sea haciendo algo explícito físicamente o algo mental como, por ejemplo, gestionar de mejor manera nuestros eventos privados (Willi, et al., 2024).

En cuanto al ACT en el duelo, este busca arreglar el vínculo de los pacientes que pasan por el proceso de duelo complejo mediante la aceptación y el establecimiento de un lugar seguro donde el sujeto pueda entrar en contacto con sus eventos privados, además contribuye a que estos individuos encuentren sus valores lo que les proporcionará una guía para continuar con sus vidas luego de una pérdida y que en base a esta guía realicen acciones en favor de estos mismos valores. También aporta contención y apoyo ideal para atravesar la pérdida (Davis, Deane, & Lyons, 2016).

El ACT se centra en contactar con el momento presente, aprender a aceptar los eventos privados desagradables y comprometerse a cambiar su accionar en dirección a sus valores. Lo que ayudaría a procesar de mejor manera el duelo, a su vez mediante procesos de recuperación, se espera mostrarle de forma más clara al paciente que situaciones le influncian de forma negativa y proporcionarles una visión clara sobre su vida y la conciencia en esta (Morales, 2022).

Para finalizar, el objetivo principal de este trabajo es realizar una revisión sistemática de los artículos científicos que estudian los efectos del tratamiento con terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado, además se espera investigar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado y finalmente sistematizar la información recopilada sobre la efectividad de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado.

METODOLOGÍA

La presente investigación es una revisión sistemática de la literatura existente publicada acerca de la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos que viven un proceso de duelo complejo. Se utilizó las directrices del protocolo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis también conocido por sus siglas como PRISMA (Page, et al., 2021) para la acertada elaboración de revisiones sistemáticas.

Para la selección de artículos se siguieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

Personas adultas mayores de 18 años.

Diagnosticados con duelo prolongado, anticipado, complejo persistente.

Profesionales de la salud mental que trabajan con terapia de aceptación y compromiso en procesos de duelo complejo.

Artículos en inglés y español.

Investigaciones con evidencia científica.

Criterios de exclusión

Menores de edad.

Trastornos no asociados al duelo.

Artículos en otros idiomas.

Libros, tesis, revisiones sistemáticas, revisiones bibliográficas.

Al ser una revisión sistemática se llevó a cabo una búsqueda de artículos científicos mediante las bases de datos PubMed, Web of Science, Psycinfo y Dialnet. Se utilizaron tanto investigaciones en inglés como en español mediante las palabras clave: Terapia de aceptación y compromiso (ACT), duelo, adultos, luto, por lo que en la estrategia de búsqueda se decidió combinar estas palabras y hacer uso del operador booleano AND de la siguiente forma (grief) AND (acceptance and commitment). Esta cadena de búsqueda se utilizó en todas las bases de datos ya mencionadas y se recopiló información desde 2013 hasta la actualidad.

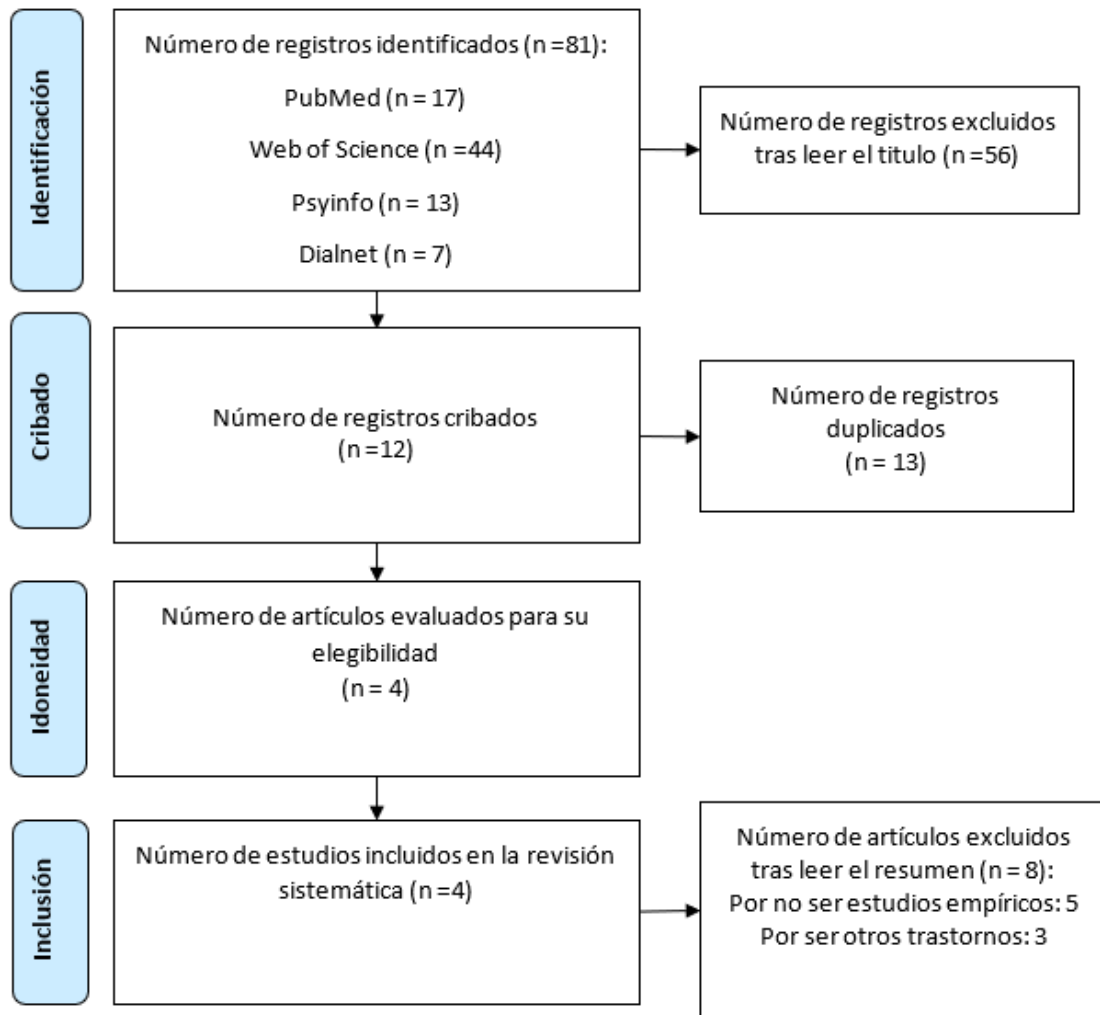
Como se puede observar en el diagrama de flujo (Figura 1) en las 4 bases de datos seleccionadas para esta revisión sistemática se encontró que en PubMed existen 17 artículos relacionados con el tema, Web of Science 44 artículos, Psycinfo 13 artículos y finalmente en Dialnet 7 artículos dando un total de 81 artículos. Se eliminaron 56 por no contener el tratamiento de la terapia de aceptación y compromiso, por no tener una población adulta, por hacer referencia a otras patologías no asociadas, además se excluyeron 13 registros duplicados.

Posteriormente se analizaron los 12 artículos restantes de los cuales al leer sus resúmenes se excluyeron 5 artículos por ser disertaciones y tesis de grado, otros 3 artículos fueron eliminados por contener información a fondo de otros trastornos como ansiedad y depresión, dando un total de 8 artículos descartados.

Después de realizar este segundo análisis, quedan 4 artículos que cumplen con los criterios de inclusión, es decir que se utiliza la terapia de aceptación y compromiso en el duelo, están en inglés o español y la población utilizada son adultos. Cabe mencionar que solo se seleccionaron artículos publicados en revistas científicas.

Figura 1

Diagrama de flujo PRISMA del proceso de búsqueda



DESARROLLO

Tabla 1

Estudios incluidos en la revisión

Autor/es, año	Población	Tipo de estudio	Objetivos	Resultados
Davis et al. (2020)	55 participantes, la edad media de estos era de 58 años y el 73% son mujeres.	Ensayo controlado aleatorio	Evaluar la viabilidad de la intervención de autoayuda de la terapia de aceptación y compromiso para cuidadores en duelo de pacientes en cuidados paliativos.	La intervención de autoayuda de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) para los cuidadores de pacientes en cuidados paliativos fue factible y bien recibida, en ella se implementó un folleto informativo sobre ACT y el duelo, una llamada donde se verifica el avance y seguimiento del protocolo y un cuestionario, ejercicios de mindfulness, comportamientos y sentimiento del cuidador.
Davis et al. (2016)	71 mujeres y 25 hombres, cuya edad media era de 24,88 años, con un rango de 18 a 59 años.	Estudio cuantitativo	Realizar una exploración inicial de las relaciones teorizadas mediante un cuestionario a 96 personas en duelo con un enfoque ACT.	Las personas que tuvieron más de una pérdida presentaron niveles altos de aflicción, además la correlación entre la aceptación y la valoración con la vida fue negativa y significativa en relación al duelo, estos resultados poseen implicaciones para los enfoques basados en la terapia de aceptación y compromiso.
Medina & Ruiz. (2022)	De 72 participantes solo 3 individuos cumplieron con los criterios para el estudio, de los cuales 3 fueron mujeres de 23 a 32 años.	Evaluación aleatoria de líneas de base múltiples	Explorar la eficacia de un protocolo de 3 sesiones de terapia de aceptación y compromiso centrado en el pensamiento negativo repetitivo para el duelo complicado.	El protocolo de 3 sesiones fue eficaz, los 3 pacientes presentaron una disminución en los pensamientos negativos repetitivos, evitación experiencial, fusión cognitiva y pérdida de valores, además aumentó su satisfacción con la vida, disminuyeron los problemas de salud y mejoraron la calidad de sueño.
Willi et al. (2024)	9 profesionales en salud mental con experiencia de al menos un año en el uso de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) para apoyo en el duelo, haber tenido capacitación formal en ACT.	Estudio cualitativo	La utilización del ACT para el duelo, procesos fundamentales del ACT para el duelo, evaluar como el ACT ayuda en el afrontamiento y bienestar después del duelo.	La terapia de aceptación y compromiso mejora el vínculo con los pacientes que pasan por eventos privados difíciles, se utilizaron metáforas y técnicas de atención plena, mejorar el afrontamiento de los pacientes e incrementar su bienestar, se logró redirigir al individuo hacia sus valores después de la pérdida.

En la Figura 1 se puede observar que: De 81 artículos encontrados mediante una búsqueda exhaustiva, se seleccionaron solamente 4 artículos que fueron los únicos que cumplieron con los criterios de inclusión mencionados con anterioridad, posteriormente se realizó la Tabla 1 donde se especifica el/la autor/es, año de publicación, población con la que se trabajó, edad de los participantes, el tipo de estudio, objetivos y los resultados de cada uno de ellos.

Con respecto a los artículos seleccionados se cuenta con un ensayo controlado aleatorio que contó con 55 participantes de los cuales 73% eran mujeres y el 27% hombres con una media de edad de 58 años, un estudio cuantitativo el cual tuvo una población de 96 participantes de los cuales 71 fueron mujeres y 25 hombres cuya edad media era de 24,88 años, una evaluación aleatoria de líneas de base múltiples que contó con 72 aspirantes de los cuales solo 3 individuos cumplían los criterios para el estudio, todas eran mujeres y estaban en un rango de edad entre los 23 a 32 años y un estudio cualitativo el cual contó con 9 profesionales con experiencia en el manejo del ACT y el duelo.

De estos cuatro artículos tres están entre los años 2020 al 2024, mientras que uno es de hace 8 años atrás, todos los artículos están en idioma inglés, lo que nos da a comprender que se requieren más estudios acerca de la terapia de aceptación y compromiso en apoyo a personas que pasan por un proceso de duelo complejo en países con habla hispana. Se puede observar que tres de los cuatro estudios se basan en el uso de protocolos obteniendo resultados positivos en el abordaje de duelo complejo. Por otro lado, (Willi, et al., 2024), se basa en entrevistas semiestructuradas realizadas a profesionales de la salud mental los cuales usan el ACT como método de enfoque ante el duelo. El estudio muestra resultados positivos en la recuperación de los individuos tratados mediante la técnica antes mencionada.

Ninguno de los artículos mencionados sigue un mismo esquema de investigación, como se puede observar en la tabla anterior existe un estudio cuantitativo, y cualitativo, un ensayo controlado aleatorio y una evaluación aleatoria de líneas múltiples.

Los objetivos de estos estudios conllevan a explorar la eficacia del ACT en pacientes que pasan por un duelo complejo, mediante protocolos, aprendizaje experiencial y análisis de datos, en cuanto a los resultados se encuentra un consenso en los 4 artículos donde podemos observar que a pesar de que ciertos puntos de los protocolos ACT resultaban más efectivo o por el contrario determinados puntos del protocolo no terminaban de agradar a los participantes, la mayoría de ellos mostraron mejoría, a continuación detallare a fondo los resultados de cada uno de estos artículos:

“Feasibility randomised controlled trial of a self-help acceptance and commitment therapy intervention for grief and psychological distress in carers of palliative care patients”, en el podemos visualizar que se realizó una intervención a los cuidadores de pacientes en cuidado paliativos, los cuales presentaban duelo, la intervención consistía en un folleto informativo, un cuestionario y una llamada, la aceptabilidad del cuestionario fue alta, los mejores valorados en cuanto a utilidad fueron los ejercicios que hacían ver al paciente lo ineficaz que era intentar suprimir el pensamiento tras imaginar que cortaban un limón y los ejercicios de mindfulness, mientras que las que tuvieron una valoración baja eran las que se trataban sobre los sentimientos negativos de los cuidadores y en el que se demostraba que es posible escoger cómo comportarse independientemente de su pensamiento, por otra parte la mayoría de participantes sintieron que el folleto que brindaba psicoeducación sobre el duelo y el ACT no eran de gran ayuda, no todos los participantes atendieron a la llamada de seguimiento y algunos no realizaron las actividades asignadas, después de los 6 meses posteriores a la pérdida algunos participantes continuaron con el protocolo, aunque no hubo cambios significativos estadísticamente en la aceptación y en dolor por la pérdida, aunque la angustia psicológica aumento de insignificante a media. A pesar de estos resultados la entrega de la intervención de autoayuda de terapia de aceptación y compromiso a los cuidadores de pacientes en cuidados paliativos fue factible y bien recibida (Davis et al., 2020).

“Prediction of individual differences in adjustment to loss: Acceptance and valued-living as critical appraisal and coping strengths” , la naturaleza transdiagnóstica del ACT nos da a entender que la aceptación y valoración de la vida son objetivos importantes para ayudar al cliente a lograr llevar un proceso de duelo natural, en esta investigación se pudo observar que a mayor cercanía de los participantes con las personas que perdieron mayor eran los niveles de aflicción, además se aprecia una disminución de la aflicción a medida de que pasa el tiempo, también se obtuvieron resultados como que la aceptación y la valoración de la vida comparten una correlación negativa importante con respecto al duelo, mostrando la importancia de la aceptación y valoración de la vida en la adaptación al duelo y el apoyo a los afligidos por la pérdida (Davis et al, 2016).

“Acceptance and commitment therapy focused on repetitive negative thinking for complicated breakup grief”, mediante una serie de evaluaciones se llegó a la conclusión que los participantes poseían puntuaciones elevadas en cuanto a la aflicción por pérdida, puntuaciones moderadas a graves en depresión, ansiedad y estrés y puntuaciones leves en cuanto a la satisfacción con la vida, un vez puesto en marcha el protocolo ACT centrado en los pensamientos negativos repetitivos se pudo visualizar que la angustia por pérdida disminuye eficazmente de forma inmediata y durante un seguimiento se aprecia que las puntuaciones para este síntoma se mantuvieron a un nivel mínimo por otra parte en cuanto a la satisfacción con la vida y los síntomas de depresión, ansiedad y estrés presentaron un cambio gradual pero con una visible mejoría, mediante el seguimiento se mostró que la satisfacción con la vida aumentó y los síntomas de depresión, ansiedad y estrés se redujeron a niveles mínimos, además los pensamientos negativos y repetitivos, la evitación experiencial , la fusión cognitiva y la pérdida de valores disminuyó dejando de ser una dificultad para la vida de los participantes así también mejoró su salud y calidad de sueño (Medina & Ruiz, 2022).

“Practitioner perspectives on the use of acceptance and commitment therapy for bereavement support: a qualitative study”, mediante una serie de entrevistas, recolección de datos y análisis de los mismos se llegó al consenso de que la mayoría de clientes de los participantes intentaban evitar pensamientos, recuerdos y sentimientos desagradables, a su vez comentaban que las estrategias que implementan para evitar el duelo eran cansadas e inútiles (represión y distracción de sus eventos privados), también los profesionales habían observado que los clientes estaban fusionados con los sentimientos y recuerdos relacionados con la pérdida lo que hacía que su capacidad para estar en el aquí y el ahora se viera afectada, por lo cual al utilizar la terapia de aceptación y compromiso se notó que esta mejoraba la calidad del vínculo con los pacientes y mediante el uso de metáforas, técnicas de atención plena y entre otras, los pacientes mejoraron su afrontamiento a sus eventos privados e incremento el bienestar de los individuos que se encontraban fusionados con sus sentimientos negativos además de ayudarlos a reencontrarse con sus valores (Willi et al, 2024)

DISCUSIÓN

El objetivo de esta investigación fue revisar sistemáticamente la literatura sobre la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno por duelo complejo prolongado. Mediante una exhaustiva búsqueda se detectaron 4 artículos que cumplían los criterios de inclusión y exclusión, como se menciona anteriormente ninguno de los artículos sigue una misma línea de investigación. Dos de estos artículos (Davis et al. 2020; Davis et al. 2016) se centraron en una población más específica como lo son los cuidadores de pacientes que se encuentran en cuidados paliativos, lo interesante de estos dos estudios además de ser realizados por el mismo autor, es que uno de ellos fue iniciativa para el otro ya que en el estudio de Davis et al. (2016) es un primer acercamiento al protocolo de ACT para el duelo, de forma más literaria, donde da a conocer la naturaleza transdiagnóstica del ACT dando a entender que la aceptación y valoración de la vida son objetivos importantes para ayudar al cliente a lograr llevar un proceso de duelo de una forma natural, de esta investigación podemos destacar que a mayor cercanía de los participantes con las personas que perdieron mayores eran los niveles de

aflicción, además la aceptación y la valoración de la vida comparten una correlación negativa importante con respecto al duelo, mostrando la importancia de la aceptación y valoración de la vida en la adaptación al duelo y el apoyo a los afligidos por la pérdida. A partir de esta investigación Davis et al. (2020) aplicando ya un protocolo más estructurado y con nuevos conocimientos adquiridos en sus estudios anteriores, realizó una intervención a los cuidadores de pacientes en cuidado paliativos, los cuales presentaban duelo, la intervención consistía en un folleto informativo, un cuestionario y una llamada. Este protocolo fue factible y bien recibido.

Otro hallazgo importante del presente estudio es que la mayoría de participantes en las investigaciones eran mujeres adultas, exceptuando al estudio de Willi, et al. (2024), donde no se especifica el sexo de sus participantes.

En cuanto a los resultados de los estudios (Davis et al., 2016; Davis et al., 2020; Medina & Ruiz, 2022) podemos apreciar que la terapia de aceptación y compromiso (ACT) tuvo un efecto positivo en la vida de los pacientes tratados en relación al duelo. En cuanto al estudio de Willi, et al. (2024) el cual difiere de todos los antes mencionados en cuanto a su población y método de estudio proporcionó información mediante una serie de entrevistas, recolección de datos y análisis de los mismos. Los resultados fueron prometedores, la población notó que la terapia de ACT renovaba la calidad del vínculo con los pacientes y mediante el uso de metáforas y técnicas de atención plena entre otras, los pacientes mejoraron su afrontamiento a sus eventos privados e incremento el bienestar de los individuos que se encontraban fusionados con sus sentimientos negativos además de ayudarlos a reencontrarse con sus valores.

CONCLUSIONES

Se pudo constatar que a pesar de que la Terapia de aceptación y compromiso (ACT) a pesar de mostrar resultados prometedores en el tratamiento de pacientes que pasan por un proceso de duelo complejo, es un campo poco investigado, se espera que mediante este estudio se siembren bases para futuras investigaciones.

La principal dificultad de este estudio fue la limitada cantidad de investigaciones al respecto de la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso en adultos con trastorno de duelo complejo persistente.

Finalmente, cabe señalar que los resultados de la presente revisión sistemática podrían estar sesgados, ya sea por la interpretación de los autores y la elección de bases de datos. Mediante la utilización de las directrices PRISMA (Page et al., 2021) se disminuyó dicho sesgo.

REFERENCIAS

- American Psychological Association . (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5), (5th ed.). <https://www.federaciocatalanatdah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Castillo, G., Pérez, L., & Becerra, N. (2021). Inteligencia emocional en los psicólogos en formación. *Psicología Iberoamericana*, 29(2), 292-403. <https://www.redalyc.org/journal/1339/133967822007/133967822007.pdf>
- Davis, E., Deane, F., & Lyons, G. (2016). Prediction of individual differences in adjustment to loss: Acceptance and valued-living as critical appraisal and coping strengths. *Death studies*, 40(4), 211-222. <https://doi.org/10.1080/07481187.2015.1122677>
- Davis, E., Deane, F., Lyons, G., Barclay, G., Bourne, J., & Connolly, V. (2020). Feasibility randomised controlled trial of a self-help acceptance and commitment therapy intervention for grief and psychological distress in carers of palliative care patients. *Journal of health psychology*, 25(3), 322-339. <https://doi.org/10.1177/1359105317715091>
- García, T. (2024). Third Generation Therapies in the treatment of Grief. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*, 5(10), 284-295. <https://doi.org/10.29057/jbapr.v5i10.7746>
- Harris, R. (2009). ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy. *New Harbinger Publications*, 1(1), 280-479. https://www.actmindfully.com.au/upimages/ACT_Made_Simple_Introduction_and_first_two_chapters.pdf
- Hayes, S., Pistolerello, J., & Levin, M. (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>
- Julian, L., & Hernández, M. (2022). Intervención cognitivo-conductual en el duelo complicado: un estudio de caso. *Práctica Clínica*, 2(13), 20-30. <https://doi.org/10.5093/cc2022a8>
- León, D., & Huarcaya, J. (2019). El duelo y cómo dar malas noticias en medicina. *An Fac med*, 80(1), 86-91. <https://doi.org/10.15381/anales.v80i1.15471>
- Luciano, M., & Valdivia, M. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT). *Fundamentos, características y evidencia. Papeles del Psicólogo*, 27(2), 79-91. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77827203.pdf>
- Malkinson, R. (2010). Cognitive-Behavioral Grief Therapy: The ABC Model of Rational-Emotive Behavior Therapy. *Psychological Topics*, 19(2), 289-305. <https://www.proquest.com/docview/1017879817?sourcetype=Scholarly%20Journals>
- Medina, R., & Ruiz, F. (2022). Acceptance and commitment therapy focused on repetitive negative thinking for complicated breakup grief. *Revista de Psicoterapia*, 33(122), 67-83. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8510676>
- Morales, A. (2022). Terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adultos mayores con sintomatología de trastornos del estado de ánimo. *Revista de Investigación en Ciencias de la Salud*, 5(2), 9-16. <https://revistas.ulatina.edu.pa/index.php/conductacientifica/article/view/242>


Organización Mundial de la Salud. (2023). Depresión. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Organización Panamericana de la Salud. (2020). Salud Mental Perfil del País-Ecuador. <https://www.paho.org/es/documentos/salud-mental-perfil-pais-ecuador>

Page, M. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Research methods and reporting*, 71, 1-372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Villagómez, Z., Ornelas, T., Franco, C., Gutiérrez, C., & Martínez, B. (2020). Evaluación de la espiritualidad en pacientes con duelo utilizando la terapia de aceptación y compromiso en la Clínica de Duelo por Suicidio del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, México. *Revista Salud Bosque*, 10(1), 22-50. <https://doi.org/10.18270/rsb.v10i1.2901>

Willi, N., Pancoast, A., Drikaki, I., Xueying, G., Gillanders, D., & Finucane, A. (2024). Practitioner perspectives on the use of acceptance and commitment therapy for bereavement support: a qualitative study. *BMC Palliat Care*, 23(59), 4-19. <https://doi.org/10.1186/s12904-024-01390-x>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons .