

Intervención en el trastorno de ansiedad social a través de la terapia de aceptación y compromiso: una revisión sistemática (pp. 379-392)

Laura García-Pérez y Sonsoles Valdivia-Salas

Universidad de Zaragoza (España)

El objetivo de la presente revisión sistemática fue examinar la eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en el tratamiento del trastorno de ansiedad social (TAS). Se realizó una búsqueda exhaustiva en distintas bases de datos, incluyendo, tras la aplicación de diversos criterios, un total de ocho estudios realizados entre los años 2005 y 2016. En tres de ellos se mostró la eficacia de la ACT para reducir la sintomatología fóbica y la inflexibilidad psicológica. En los otros cinco, ensayos controlados aleatorizados, se demostró que la ACT y la terapia cognitivo conductual (TCC) producían efectos similares al final del tratamiento y en el seguimiento. En algunos casos también se observó que la ACT mejoraba los resultados de la TCC en adherencia al tratamiento y en la calidad de vida. El TAS muestra mejoras tras la aplicación de la ACT en todos los estudios analizados en esta revisión, en línea con revisiones anteriores. Se discuten las debilidades de las pruebas acumuladas hasta la fecha sobre la eficacia de la ACT para el tratamiento del TAS y se proponen líneas de trabajo futuro.