

Terapia de aceptación y compromiso y optimización selectiva con compensación para personas mayores con dolor crónico: un estudio piloto (pp. 59-79)

Miriam A. Alonso, Almudena López, Andrés Losada y José Luis González
Universidad Rey Juan Carlos (España)

El objetivo de este estudio fue valorar la eficacia de un programa de tratamiento basado en la terapia de aceptación y compromiso y el entrenamiento en estrategias de selección, optimización y compensación (SOC), con el fin de mejorar la autonomía funcional y aumentar la cantidad de actividades de personas mayores con dolor crónico institucionalizadas. Diez personas mayores de entre 71 y 91 años de edad fueron asignadas a un grupo de intervención y a un grupo control. Se evaluaron antes y después de la intervención los niveles de ejecución funcional, frecuencia de uso de estrategias SOC, aceptación del dolor, creencias asociadas al dolor y la edad, bienestar emocional e interferencia del dolor en actividades diarias. Tras la intervención, disminuyó significativamente la creencia de que la medicación es el principal tratamiento para el dolor y aumentó la satisfacción por la consecución de sus objetivos vitales. Estos resultados sugieren que este tipo de intervenciones podrían ayudar a las personas mayores con dolor a mejorar su ejecución funcional, su bienestar emocional y reducir las creencias negativas asociadas al dolor.