

**Efecto diferencial de una intervención breve basada en la conciencia plena (*mindfulness*) y valores en las dimensiones del dolor crónico en espondilitis y artritis (pp. 681-697)**

Luis C. Delgado<sup>1</sup>, Isabel Bravo<sup>1</sup>, Amparo Hidalgo<sup>1</sup>, Jaime Vila<sup>1</sup> y Gustavo Reyes del Paso<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Universidad de Granada;* <sup>2</sup>*Universidad de Jaén (España)*

En el modelo multidimensional del dolor se destaca la influencia de los componentes emocionales y cognitivos en la experiencia subjetiva del mismo. Desde esta perspectiva, se hace imprescindible el tratamiento psicológico para facilitar su afrontamiento. El presente estudio examinó los efectos diferenciales de una intervención breve basada en conciencia plena y valores en las diversas dimensiones del dolor crónico asociado a las enfermedades reumáticas. Se evaluaron a 10 participantes mediante el “Cuestionario de dolor, de McGill” y una escala de “Preocupación y autoeficacia”. Los resultados mostraron la eficacia de la intervención para mejorar la dolencia de la enfermedad, disminuyendo en la evaluación pos-intervención específicamente el componente valorativo del dolor, la percepción de la intensidad actual del mismo y la preocupación respecto al dolor. Asimismo, en la evaluación del seguimiento a los 8 meses se encontró una educción en el número de puntos considerados dolorosos. Nuestro estudio, pese a sus limitaciones metodológicas, ofrece unos resultados prometedores que sugieren la utilidad de la intervención en conciencia plena y valores para el manejo del dolor crónico en las enfermedades reumáticas.