

**Terapia de aceptación y compromiso aplicada a un caso de tricotilomanía** (pp. 137-159)

Noelia Navarro Gómez

*Universidad de Almería (España)*

Dentro de las terapias de tercera generación, la terapia de aceptación y compromiso (ACT por sus siglas en inglés) se ha consagrado como una de las más eficaces dados sus excelentes resultados y la multitud de áreas a las que puede aplicarse. En líneas generales, dicha terapia, pretende romper con el patrón de evitación experiencial, que supone responder literalmente al contenido de los eventos privados aversivos. El presente estudio presenta una intervención con ACT en un problema de tricotilomanía en una paciente, L., de 17 años. Tras 10 sesiones de intervención en las que se trabajan todos los componentes de ACT (desesperanza creativa, distanciamiento, clarificación de valores, yo como contexto, contacto con el momento presente, etc.), se observan más acciones encaminadas a la consecución de los valores y aunque no se informa una reducción del malestar, L. es capaz de contemplar los eventos privados sin responder literalmente ante la presencia de estos.