



## PROTOCOLO DE DOS SESIONES DE TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (ACT) PARA DESMANTELAR PATRONES DE PENSAMIENTO NEGATIVO REPETITIVO (PNR) EN UNA PACIENTE CON TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA

VILELLA, M  
RIVAS, N

mvcenis@gmail.com  
nrivas@italudmental.com  
UTCA ITA SALUD MENTAL/PRISMA

### OBJETIVOS

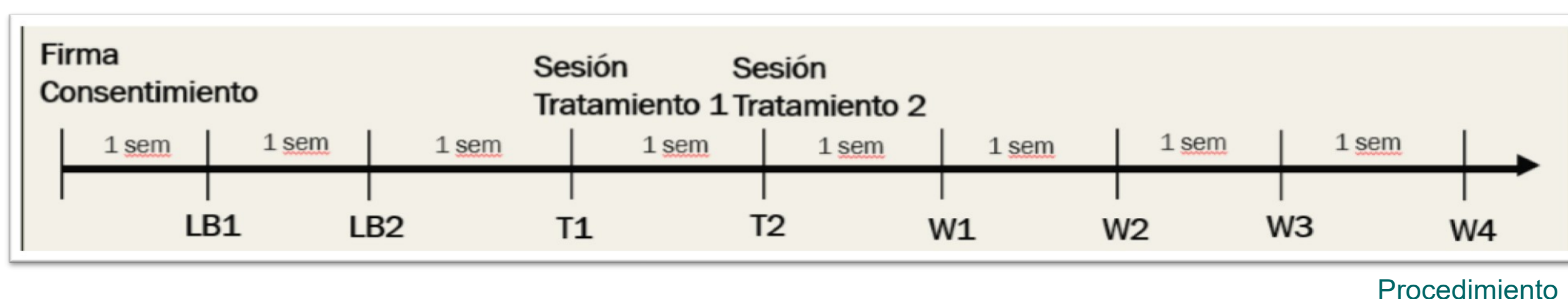
Disminuir **Pensamientos Negativos Repetitivos** en una paciente con **anorexia nerviosa**, tras dos sesiones de terapia breve basada en la **Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)**.

### METODO

Variables	Cuestionario
Evitación Experiencial	AAQ-II (Acceptance and Action Questionnaire)
Fusión Cognitiva	CFQ (Cognitive Fusion Questionnaire)
Valor a la Vida	VQ (Valuing Questionnaire)
Preocupaciones	PSWQ-11 (Penn State Worry Questionnaire)
Pensamientos Negativos ante situaciones negativas	PTQ (Perseverative Thinking Questionnaire)
Trastorno Emocional	DASS-21 (Depression, Anxiety, Stress Scale)

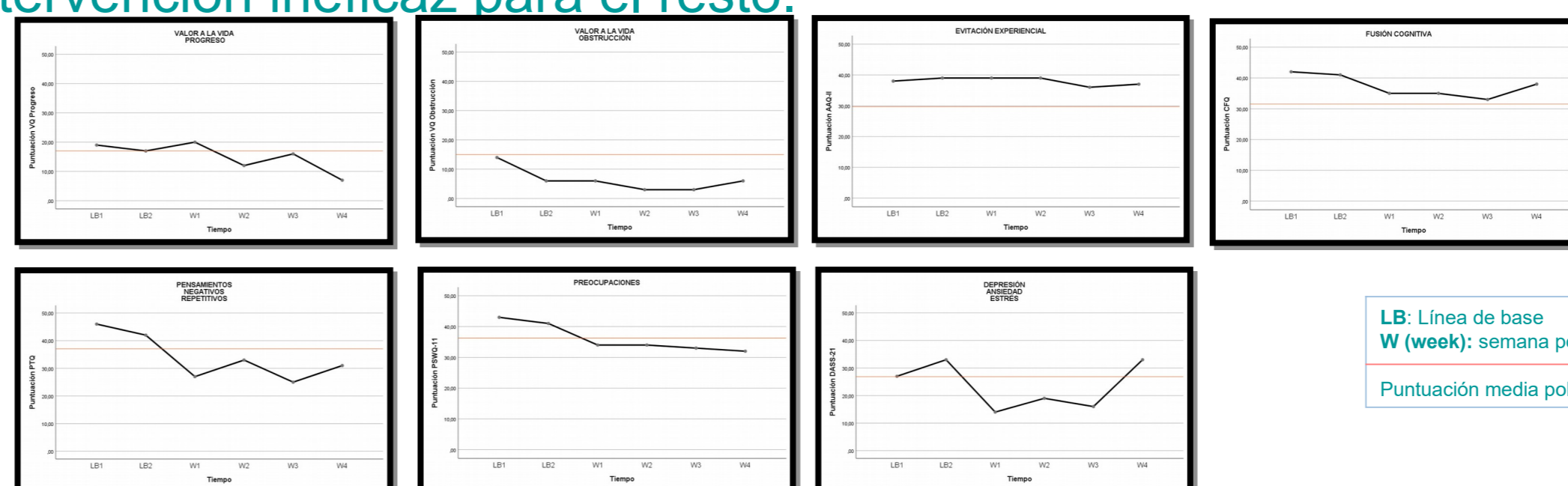
Dos sesiones de ACT (60') centradas en:

- ◆ Discriminar proceso de preocupación-rumia y evitación experiencial
- ◆ Tomar perspectiva (flexibilidad cognitiva)
- ◆ Contactar con direcciones y acciones valiosas



### RESULTADOS

La paciente había disminuido sus puntuaciones en **“preocupaciones e inquietudes”** y **“pensamientos negativos repetitivos ante situaciones negativas”**. Intervención ineficaz para el resto.



### CONCLUSIONES

Dentro del tratamiento psicológico especializado, intervenciones breves pueden ser efectivas para disminuir el malestar emocional en pacientes con TCA

### PALABRAS CLAVE

TCA (trastorno conducta alimentaria), EE (Evitación Experiencial, Terapia Breve, ACT (Terapia de Aceptación y Compromiso).



Bucle de Evitación Experiencial y el papel de los PNR como forma de Evitación Experiencial



Objetivo de las sesiones

