

Efectividad de la Terapia de Aceptación y Compromiso para reducir Ideación suicida: revisión sistemática

Divaldo de Canavarros de Abreu Junior¹
Ma. Paula Helena Gomes de Moraes Ruiz²
Dr^a Luziane de Fátima Kirchner³



INTRODUCCIÓN

Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) indican que el suicidio es una de las principales causas de muerte en el mundo, y la ideación suicida (IS) es un precursor importante del intento de suicidio (Nock *et al.*, 2008). La identificación temprana de la IS es esencial para brindar oportunidades de intervención antes de los intentos de suicidio.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT) es una terapia psicológica basada en evidencia, que ha demostrado efectividad para ciertos trastornos (Ost, 2014). Sin embargo, la ACT aún carece de mayor evidencia en intervenciones para reducir la ideación suicida (Tighe *et al.*, 2018).

Se llevaron a cabo otras dos revisiones para investigar las intervenciones de ACT para reducir el IS (Ortas-Barajas y Manchón, 2024; Tighe *et al.*, 2018). Con diferentes resultados y metodología, el estudio de Ortas-Barajas y Manchón, (2024) encontró una reducción del IS, pero con intervenciones que no solo midieron intervenciones en ACT.

El objetivo de esta revisión es evaluar la eficacia de ACT para reducir el IS. Los objetivos específicos fueron analizar cómo se aplicó la ACT a las conductas suicidas, así como los formatos de intervención.

OBJETIVO

Investigar la evidencia de la efectividad de las intervenciones ACT para reducir el IS, por una investigación de revisión sistemática.

MÉTODO

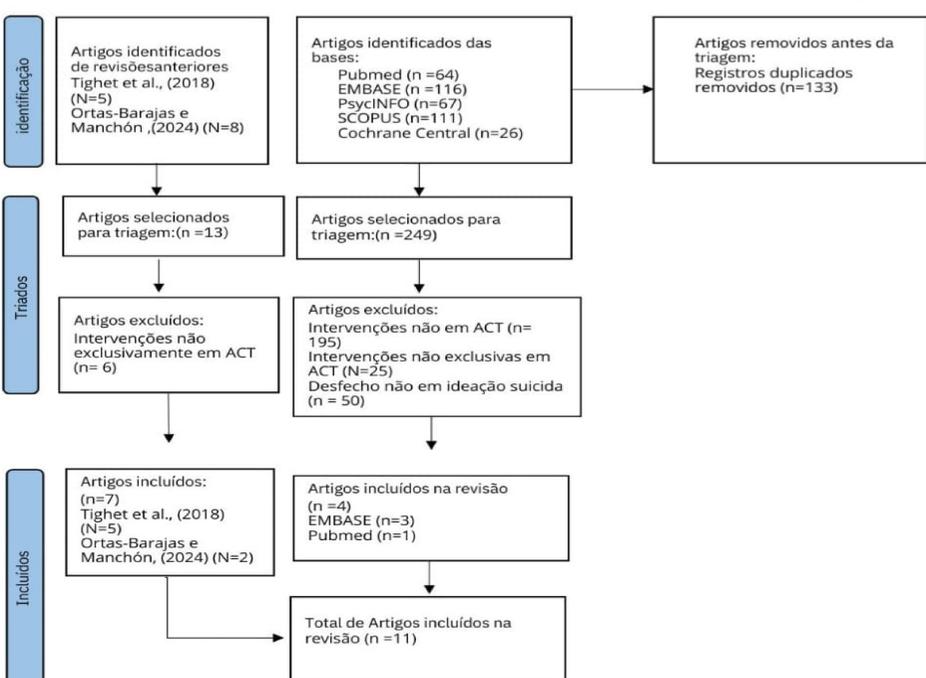
El protocolo para esta revisión sistemática fue registrado previamente en PROSPERO: CRD42023410897, y seguimos las recomendaciones de las pautas PRISMA de Elementos de informe preferidos para revisiones sistemáticas y metanálisis.

La estrategia de búsqueda para esta revisión consideró artículos publicados en revistas y encontrados en las principales bases de datos electrónicas (PubMed, EMBASE, PsycINFO, SCOPUS, Cochrane Central). Las búsquedas se realizaron en el periodo comprendido entre mayo de 2023 y junio de 2024. No hubo corte por año de publicación.

Se utilizaron las siguientes palabras clave: *acceptance and commitment therapy* OR *psychological flexibility* AND *suicidal ideation* OR *suicidal thinking*.

Se excluyeron los estudios (a) no presentaban resultados de las intervenciones ACT o al menos uno de los seis componentes de Hexaflex; (b) aplicó ACT combinado con otro tipo de psicoterapia o tratamiento; (c) eran resúmenes o reseñas de conferencias.

El proceso de búsqueda de artículos fue realizado por un investigador y el proceso de selección de artículos que cumplieron o no con los criterios de inclusión fue realizado por dos investigadores. Un tercer investigador



Para analizar el riesgo de sesgo, se utilizó Rob 2.0 para estudios de experimentos reales y ROBINS I para estudios cuasi experimentales.

1. Mestrando em Psicologia pela UCDB @divaldoabreu junior13
2. Doutoranda em Psicologia pela UCDB @paula_helena_ruiz
3. Doutora em Psicologia e Docente na UCDB

RESULTADOS

Participantes: 3.039 hombres, casados, con edades entre 18 y 90 años y ocupados).

Intervenciones de ACT: duración (siete a 38 sesiones), modalidad (presencial en 10 estudios y en línea/solicitud en uno estudio); formato (individuales en siete estudios y grupales en cuatro). Las intervenciones de ACT fueron diversas, siendo el protocolo de tratamiento de Twohig *et al.*, (2012) el más citado, apareciendo en dos estudios. Hubo tres estudios que utilizaron evaluaciones de seguimiento, dos de tres meses de duración y otro estudio de dos meses.

Controle/delineamento: Hubo seis estudios y presentaron comparaciones con: tratamientos habituales, sin intervención, entrenamiento para la vida, entrenamiento de relajación estandarizado, psicoterapia interpersonal y terapia cognitivo-conductual. Los diseños fueron: tres experimentos verdaderos, cinco cuasiexperimentos y dos diseños de un solo sujeto.

Resultados: Los principales fueron: reducción de la ideación suicida, impulsividad y depresión. Otras variables, como la ansiedad, la desesperanza, el deterioro funcional, la fusión cognitiva y el sufrimiento psicológico, también mostraron reducciones estadísticamente significativas en los grupos experimentales y mantenimiento de resultados en los estudios que realizaron seguimiento. Otros datos relevantes encontrados fueron una mayor aceptación, funcionamiento global, mindfulness y contacto con el momento presente, que también se mantuvieron en las evaluaciones de seguimiento.

En estudios experimentales verdaderos, hubo un bajo riesgo de sesgo en casi todas las áreas, con la excepción de un solo artículo, en términos de desviación de la intervención. En los estudios cuasi experimentales, cuatro artículos presentaron un alto riesgo de sesgo en la medición de resultados, un artículo careció de información suficiente y un artículo presentó un alto riesgo de sesgo en los criterios de selección de participantes.

DISCUSIÓN

Los datos del presente estudio indicaron que la ACT es efectiva para reducir la IS en los tres tipos de diseños de estudio encontrados y en aquellos estudios que evaluaron el seguimiento los resultados se mantuvieron.

Los resultados comunes encontrados en los estudios analizados fueron: "ideación suicida", que es la variable de interés principal en el presente estudio, "impulsividad" y "síntomas depresivos". Se trata de variables independientes que la literatura ha señalado como predisposición a la conducta suicida (Koh *et al.*, (2023).

Esta revisión se realiza en el año en que se publicó el último estudio que evaluó la efectividad de las intervenciones ACT en la reducción del IS, sin embargo, el periodo de búsqueda en las bases de datos se produjo un año después de la revisión realizada por Ortas-Barajas y Manchón (2024), siendo un tema de gran relevancia social y científica y con un enfoque metodológico distinto y estudios que no se encontraron en la búsqueda realizada por Ortas-Barajas y Manchón (2024).

El estudio realizado por Tighe *et al.*, (2018) encontró resultados favorables de que la ACT fue efectiva para reducir el IS, sin embargo el número limitado de estudios y el alto riesgo de sesgo comprometen la afirmación de que la ACT es efectiva. En el estudio de Ortas-Barajas y Manchón (2024) se afirmó que la ACT es efectiva para reducir el IS, existiendo un mayor número de artículos analizados, sin embargo los estudios analizados no fueron intervenciones exclusivas en ACT.

El presente estudio tuvo las siguientes limitaciones: pequeña cantidad de artículos publicados sobre el tema, pocos estudios clínicos de experimentos reales y falta de descripciones más profundas de los protocolos y procedimientos de las intervenciones ACT en la reducción del IS.

En resumen, el presente estudio fue necesario, ya que actualiza y sistematiza una intervención psicosocial sustentada empíricamente, que tiene como objetivo desarrollar técnicas basadas en evidencia y ayudar en el uso consciente, distinto y juicioso de la mejor evidencia en las decisiones sobre la atención individual del paciente con es.

REFERENCIAS

- Crandall, C., Fullerton-Gleason, L., Agüero, R., & LaValley, J. (2006). Subsequent suicide mortality among emergency department patients seen for suicidal behavior. *Academic Emergency Medicine*, 13(4), 435-442.
- Koh, Y. S., Shahwan, S., Jeyagurunathan, A., Abidin, E., Vaingankar, J. A., Chow, W. L., ... & Subramaniam, M. (2023). Prevalence and correlates of suicide planning and attempt among individuals with suicidal ideation: results from a nationwide cross-sectional survey. *Journal of affective disorders*, 328, 87-94.
- Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Cha, C. B., Kessler, R. C., & Lee, S. (2008). Suicide and suicidal behavior. *Epidemiologic reviews*, 30(1), 133.
- Öst, L. G. (2008). Efficacy of the third wave of behavioral therapies: A systematic review and meta-analysis. *Behaviour research and therapy*, 46(3), 296-321.
- Ortas-Barajas, F., & Manchón, J. (2024). Terapia de Aceptación y Compromiso en conducta suicida: una revisión sistemática. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 40(2), 189-198.
- World Health Organization. (2021). Suicide worldwide in 2019: global health estimates.
- Tighe, J., Nicholas, J., Shand, F., & Christensen, H. (2018). Efficacy of acceptance and commitment therapy in reducing suicidal ideation and deliberate self-harm: systematic review. *JMIR mental health*, 5(2), e10732.