

Design of a psychological intervention program for patients with Fibromyalgia based on Acceptance and Commitment Therapy.

The present research aims to validate a psychological intervention program for patients with fibromyalgia based on Acceptance and Commitment Therapy, using the knowledge and experiences of patients with fibromyalgia. The study is evaluative in nature, employing qualitative techniques with a feasible project design. Data was collected through in-depth interviews with nine women from Gran Caracas diagnosed with fibromyalgia. From the textual transcriptions, a content analysis was carried out. Five dimensions and thirteen categories emerged from this analysis, representing perceived needs. These findings and the literature contributions constituted the most representative components for designing the psychological intervention program based on ACT. This program consists of eight sessions, one focusing on psychoeducation about fibromyalgia, six addressing the Hexaflex of psychological flexibility (defusion, self-as-context, present-moment awareness, acceptance, values, and commitment), and one closing session. For program validation, the Antecedent Social Validation involved three experts in health psychology and ACT. They provided suggestions such as restructuring the order of some activities and sessions, thus evaluating their relevance. The results allowed us to conclude that the design of an ACT-based intervention program has social validity as it acknowledges the experiences of individuals diagnosed with fibromyalgia.

Keywords: Fibromyalgia, Psychological Flexibility, Intervention Program, Acceptance and Commitment Therapy, Social Validation.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo validar un programa de intervención psicológica para pacientes con fibromialgia basado en la Terapia de Aceptación y Compromiso, a partir del conocimiento de las vivencias de pacientes con fibromialgia. El estudio es de tipo evaluativo, empleando técnicas cualitativas, con un diseño de proyecto factible. La recolección de la información se dio mediante entrevistas a profundidad, a nueve mujeres de la Gran Caracas, con diagnóstico de fibromialgia. A partir de las transcripciones textuales, se llevó a cabo un análisis de contenido. De este análisis surgieron cinco dimensiones y trece categorías, las cuales representaron las necesidades percibidas. Estos hallazgos, junto con los aportes bibliográficos, constituyeron los componentes más representativos para el diseño del programa de intervención psicológica basado en la ACT. Dicho programa cuenta con un total de ocho sesiones, una dirigida a la psicoeducación en fibromialgia, seis en el abordaje del Hexaflex de la flexibilidad psicológica (defusión, yo como contexto, atención en el momento presente, aceptación, valores y compromiso) y una sesión de cierre. Para la validación del programa, a través de la Validación Social Antecedente se contó con tres expertos en el área de psicología de salud y en la ACT, proporcionaron sugerencias como, reestructuraciones en el orden de algunas de las actividades y de las sesiones, evaluando así la pertinencia de las mismas. Los resultados obtenidos permiten concluir que el diseño de un programa de intervención basado en la ACT contiene validez social, ya que reconoce las vivencias de personas con diagnóstico de Fibromialgia.

Palabras claves: Fibromialgia, Programa de intervención, Terapia de Aceptación y Compromiso