

# Capacidad Predictiva de las Variables Fundamentales del Modelo ACT sobre Indicadores de Salud Mental

*Predictive capacity of the fundamental variables of the ACT model on several mental health indicators.*

Camila Bautista, Macarena Duarte, Valeria Minutti, Karla Torres, Ana Luisa Torres – Asesor: Marco Pulido  
**Universidad Anáhuac México**

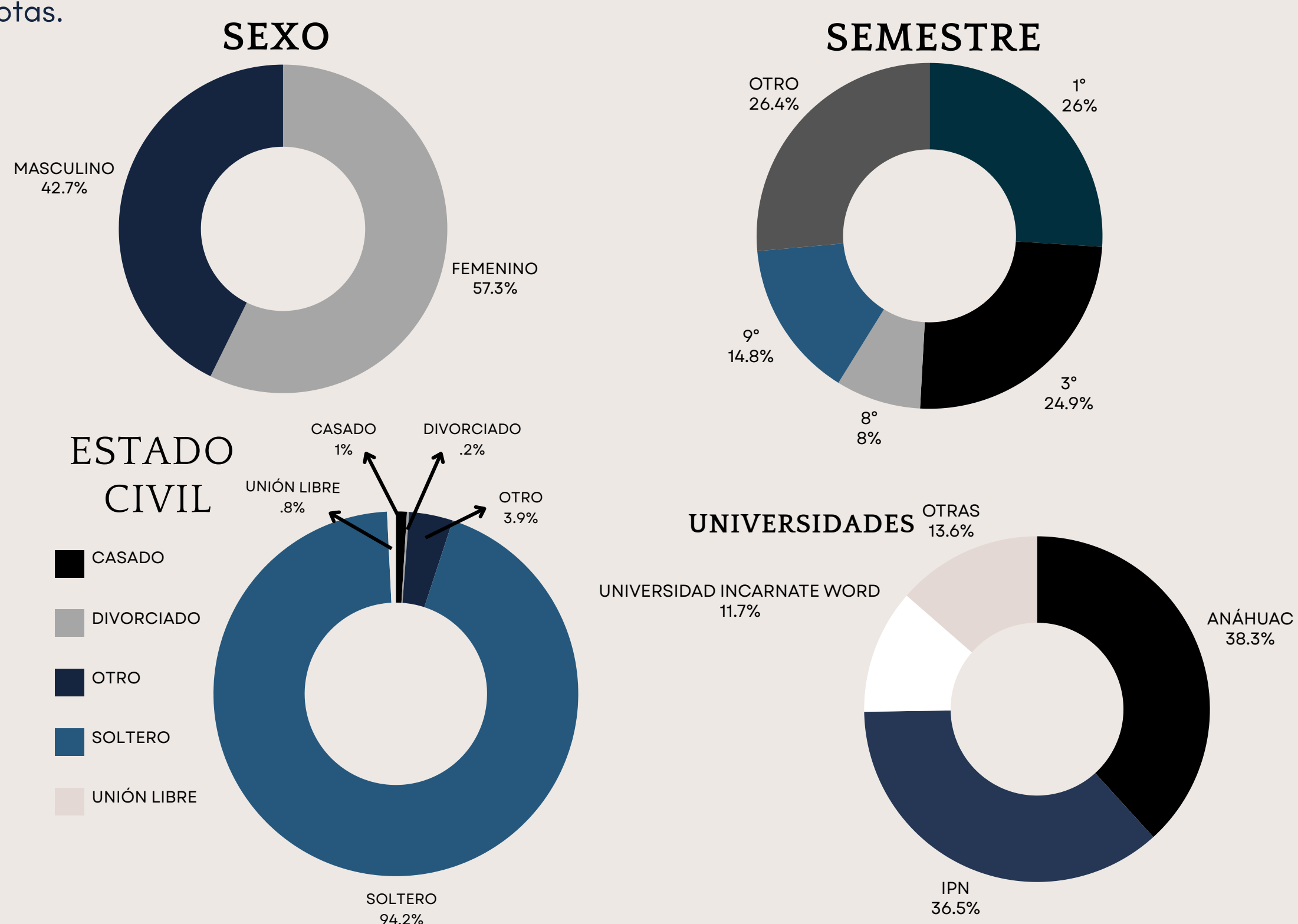
## Introducción

El conductismo radical de Skinner dio pie a una comprensión de la conducta humana sin precedente en la historia de la psicología. A pesar de lo anterior, el lenguaje humano nunca se integró del todo en el modelo de Skinner (Kantor, 1972). Diversas formas de integrar al lenguaje al conductismo radical han tenido mayor o menor éxito. Una de estas formas recibe el nombre de Teoría del Marco Relacional (TMR). Dicha teoría fue propuesta por Hayes en 2009. Plantea que el lenguaje cobra significado en base a un número limitado de marcos relacionales mismos que favorecen asociaciones de manera casi ilimitada entre palabras (y sin la necesidad de reforzamiento explícito). Hayes y colaboradores encontraron que estos marcos relacionales podían explicar la forma en que el individuo percibe su medio ambiente, y por lo tanto su capacidad para adaptarse al mismo. A partir de la conclusión anterior surge un modelo terapéutico que recibe el nombre de terapia de aceptación y compromiso (Hayes et al., 2011). Dicha terapia establece que la base fundamental de la salud mental es la flexibilidad psicológica (FP). Es decir, la capacidad de adaptar la conducta al medio ambiente. El constructo de FP está integrado por una serie de elementos. Entre ellos: a) La evitación experiencial, b) La capacidad de observar y adaptar la conducta (Tracking) y c) La capacidad de guiar la conducta en base a reglas verbales (Pliance). El objetivo del presente estudio fue el de evaluar si esta forma de ver la conducta humana permite predecir diferentes variables relacionadas con la salud mental humana. Con la finalidad de lograr un análisis fino, de la contribución global y parcial de las variables de interés, la capacidad predictiva de la FP, la evitación experiencial, Tracking y Pliance fue evaluada en este estudio. Las variables dependientes fueron: a) Ansiedad, b) Depresión, c) Consumo problemático de Alcohol y d) Uso problemático de las redes sociales. Si la lógica argumentativa de Hayes se sostiene, entonces se hipotetiza que la FP debería ser el mejor predictor de los indicadores de salud mental. Por su parte los elementos constitutivos de la FP (evitación, Tracking y Pliance, deberían predecir salud mental de forma relativamente menos poderosa (al ser solamente elementos constitutivos de la FP).

## Método

### Participantes

Un total de 515 estudiantes de licenciatura participaron voluntariamente en el estudio, previa firma digital de la carta de consentimiento informado. El muestreo fue no probabilístico por cuotas.



## Instrumentos

Instrumentos	Reactivos	Consistencia
Acceptance and Action Questionnaire - II	7	.893
Inventario Multidimensional de Flexibilidad Cognitiva	60	.961
Cuestionario de Tracking	11	.961
Cuestionario Generalizado de Pliance	18	.900
Cuestionario de Evitación Experiencial	15	.952
Inventario de ansiedad de Beck (BAI)	21	.875
Inventario de Depresión de Beck	21	.945
Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)	24	.941
Cuestionario AUDIT para la detección del consumo de alcohol	10	.945

## Procedimiento

Los cuestionarios y la carta de consentimiento informado se subieron a una plataforma digital. A través de un código QR, los estudiantes accedían a la batería. Los participantes contestaron los cuestionarios bajo la supervisión de los aplicadores.

## Resultados

**Tabla 1. Regresión lineal múltiple. Variables ACT vs Depresión.**

Factores	Depresión	
	B. E.	Sig.
Flexibilidad Psico. 1	.437	.000**
Flexibilidad Psico. 2.1	-.162	.000**
Flexibilidad Psico. 2.2	.289	.000**
Evitación Experiencial	-.026	.519
Tracking	-.005	.903
Pliance	-.073	.077

$r^2 = .495$  ( $f = (gl = 6/508) = 82.89$   $p < .001$ )

**Tabla 2. Regresión lineal múltiple. Variables ACT vs Ansiedad.**

Factores	Ansiedad	
	B. E.	Sig.
Flexibilidad Psico. 1	.386	.000**
Flexibilidad Psico. 2.1	-.120	.014**
Flexibilidad Psico. 2.2	.224	.000**
Evitación Experiencial	.009	.844
Tracking	-.030	.492
Pliance	.038	.382

$r^2 = .440$  ( $f = (gl = 6/508) = 66.65$   $p < .001$ )

**Tabla 3. Regresión lineal múltiple. Variables ACT vs Adicción a Redes S.**

Factores	Redes	
	B. E.	Sig.
Flexibilidad Psico. 1	.098	.073
Flexibilidad Psico. 2.1	-.009	.872
Flexibilidad Psico. 2.2	.146	.018*
Evitación Experiencial	.113	.024*
Tracking	-.132	.009**
Pliance	.182	.000**

$r^2 = .250$  ( $f = (gl = 6/508) = 18.28$   $p < .001$ )

**Tabla 4. Regresión lineal múltiple. Variables ACT vs Alcohol.**

Factores	Alcohol	
	B. E.	Sig.
Flexibilidad Psico. 1	.005	.939
Flexibilidad Psico. 2.1	.044	.480
Flexibilidad Psico. 2.2	.045	.503
Evitación Experiencial	.097	.079
Tracking	-.156	.005**
Pliance	.141	.011*

$r^2 = .087$  ( $f = (gl = 6/508) = 8.04$   $p < .001$ )

## Discusión

Los resultados del estudio pueden sintetizarse de la siguiente forma. Al parecer FP medida mediante los instrumentos empleados, es un buen predictor de ansiedad y depresión. Complementariamente, Tracking y Pliance consistentemente predicen conducta adictiva (al alcohol y a redes sociales). Evitación experiencial predice adicción a redes sociales. Estos resultados no son congruentes con la forma de hipotetizar a las variables fundamentales del modelo ACT propuesto por Hayes. FP debería predecir de manera significativa todos los indicadores de salud mental, pero solo lo logran en dos de ellos. En cambio, supuestos elementos de la FP predicen de manera significativa comportamientos adictivos. Los resultados del presente estudio no son los primeros en seguir problemas con la lógica argumentativa de Hayes y sus métodos terapéuticos (véase McKay & O. Donohue, 2023 para una revisión). Desafortunadamente cuando el psicólogo sale del laboratorio y trata de aplicar las técnicas ahí identificadas a problemas de la vida cotidiana, el proceso de adaptación no siempre es sencillo. Complementariamente, en un afán por monetizar sus esfuerzos, el psicólogo puede recurrir a conceptualizaciones incongruentes con los datos. Incluso a dejar de lado la evidencia a favor de intereses más mundanos.

## Referencias

- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire I: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676-688.
- Del Castillo Villanueva, Y. E., & Gutiérrez Carrasco, M. R. (2023). Validación del cuestionario breve de Evitación Experiencial (BEAQ) en profesionales del sector salud de Lima Metropolitana.
- Escurrea, H., & Salas, F. (2014). Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). [Manuscrito no publicado] Hayes, S. C. (2001). Relational frame theory A post-Skinnerian account of human language and cognition. Fuennum Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford press.
- Thonnathan Armando, S. O. (2023). Análisis de las propiedades psicométricas del Cuestionario De Aceptación y Acción II y el Inventario Multidimensional de Flexibilidad Psicológica en Estudiantes de la Universidad Católica Andrés Bello (Doctoral dissertation).
- Kantor, J. R. (1972). *The Aim and Prossess by Psychology and Other Sciences A Selection of Papers by JR Kantor*. University of Akron.
- McKay, D., & O'Donohue, W. (2023). Conceptual, Psychometric, Methodological and Value Problems in Acceptance and Commitment Therapy: Introduction to the Special Section, \*A Critical Appraisal of Acceptance and Commitment Therapy\*. *Behavior therapy*, 54(6), 929-938.
- Ruiz, F. J., Garcia-Martin, M. B., Suárez-Falcón, J. C., Bedoya-Valderrama, L., Segura-Vargas, M. A., Peña-Vargas, A., ... & Avila-Campos, J. E. (2020). Development and initial validation of the Generalized Tracking Questionnaire. *Plos one*, 15(6), e0234393.
- Vilela Matta, A. A. K. (2022). *Generalized Pliance Questionnaire (GPO): análisis de las propiedades psicométricas en una población adulta de Lima Metropolitana 2022*.