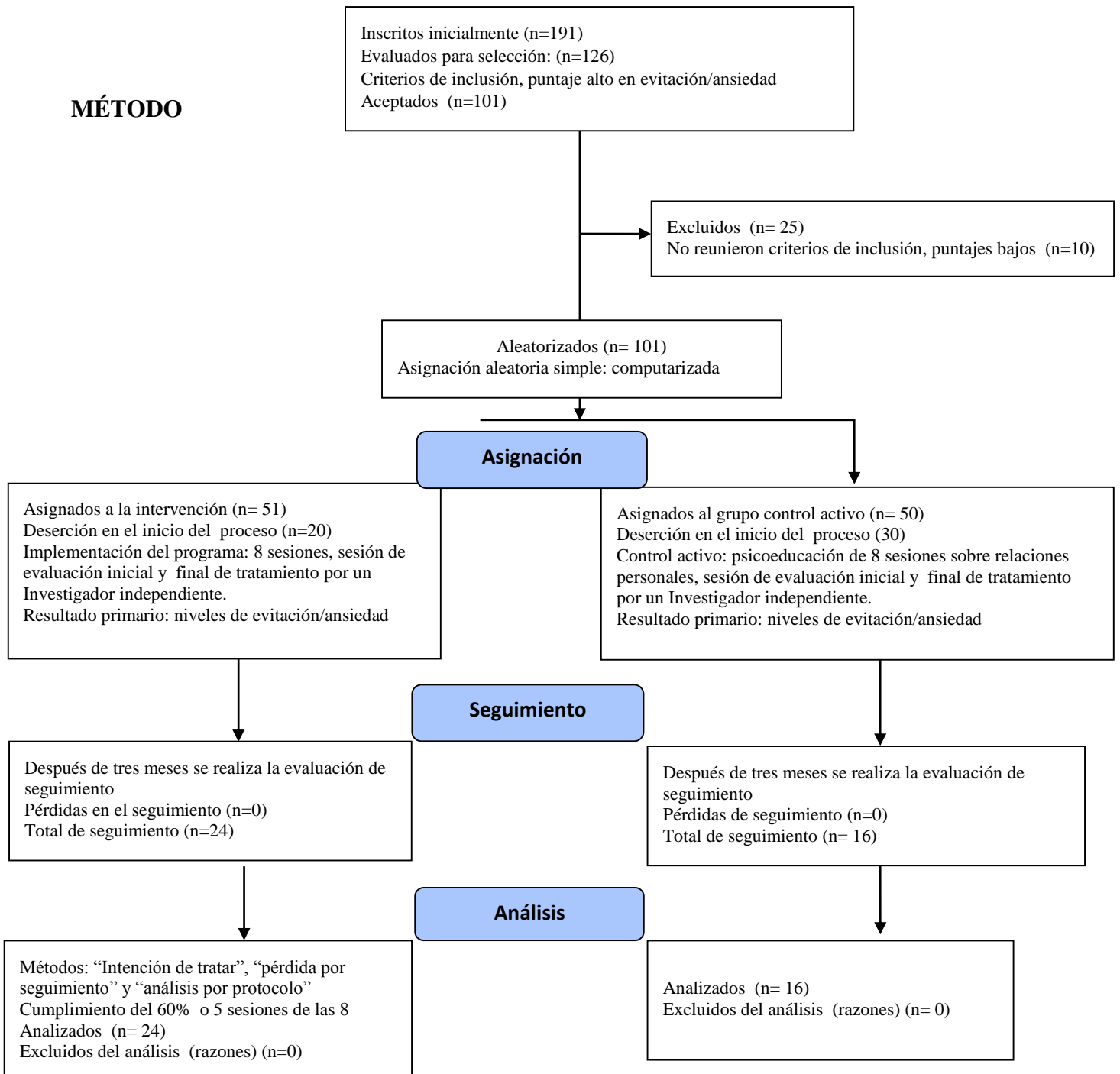


## DATOS GENERALES DEL ESTUDIO

<b>Código del RPCEC</b>	RPCEC00000303
<b>Título abreviado del estudio</b>	Mindfulness y desarrollo del bienestar en la experiencia de pareja en jóvenes: Protocolo de un Ensayo Controlado Aleatorizado
<b>Título completo del estudio</b>	Mindfulness y desarrollo del bienestar en la experiencia de pareja en jóvenes: Protocolo de un Ensayo Controlado Aleatorizado
<b>Descripción de las intervenciones</b>	<p>Grupo I (Experimental): Programa basado en Mindfulness y Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Se realizarán 8 sesiones presenciales con 2 horas de duración cada una, 2 sesiones semanales por un mes.</p> <p>Grupo II (Control Activo): Se fundamentará en una orientación psicoeducativa sobre relaciones interpersonales de carácter general. Se realizarán 8 sesiones: la primera sesión será presencial, 6 entregas de lecturas a través de correo electrónico, dos veces por semana y una última sesión presencial.</p>
<b>Diseño del estudio</b>	Intervencional, aleatorizado, controlado, doble ciego, paralelo.

## FLUJO DE PARTICIPANTES

### MÉTODO



**Figura 1. Diagrama de flujo de participantes en el ECA. Fuente: guía Consort, 2010**

## DATOS BASALES

### Distribución de sujetos por sexo, según grupo.

	Grupo de Tratamiento				Total	
	Experimental		Control			
	No.	%	No.	%	No.	%
Hombre	10	33,33	8	38,10	18	<b>35,29</b>
Mujer	20	66,67	13	61,90	33	<b>64,71</b>
<b>Total</b>	<b>30</b>		<b>21</b>		<b>51</b>	<b>100,0</b>

### Distribución de sujetos por edad, según grupo.

	Grupo de Tratamiento		Total
	Experimental	Control	
Hombre	22,4	22,1	22,28
Mujer	22,5	22,4	22,42
<b>Total</b>	<b>22,4</b>	<b>22,3</b>	<b>22,37</b>

*Edad (media por grupo/sexo)*

## RESULTADOS PRIMARIOS Y SECUNDARIOS

### a) Variables primarias

Evitación/ansiedad (cuestionario de experiencia en las relaciones de pareja). Tiempo de medición: antes del inicio del programa, después de un mes y después de tres meses.

#### Antes del inicio del tratamiento

<b>Evitación/Ansiedad</b>	<b>Grupo Experimental</b>	<b>Control</b>
<b>Ansiedad</b>		
N	30	21
Mínimo	1,78	2,11
Máximo	6,78	5,83
Media	4,11	4,21
Desviación estándar	1,29	0,99
<b>Evitación</b>		
N	30	21
Mínimo	1,06	1,78
Máximo	4,83	5,44
Media	2,68	3,41
Desviación estándar	1,04	0,84

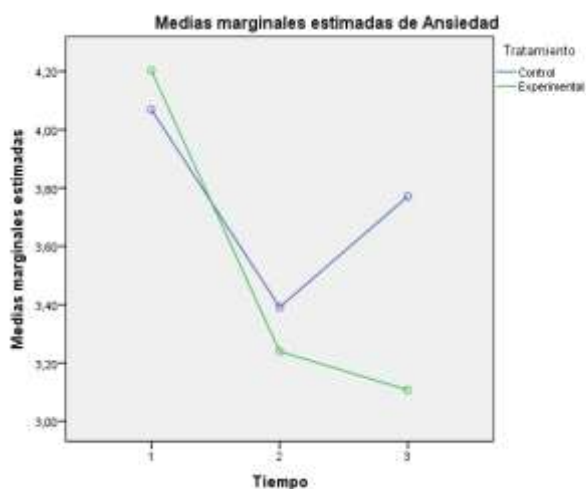
#### Después de un mes de tratamiento

<b>Evitación/Ansiedad</b>	<b>Grupo Experimental</b>	<b>Control</b>
<b>Ansiedad</b>		
N	24	16
Mínimo	1,28	1,56
Máximo	6,11	5,72
Media	3,16	3,50
Desviación estándar	1,25	1,20
<b>Evitación</b>		
N	24	16
Mínimo	1	1,72
Máximo	4,11	4,5
Media	2,23	2,94
Desviación estándar	0,85	0,71

## Después de tres meses de tratamiento

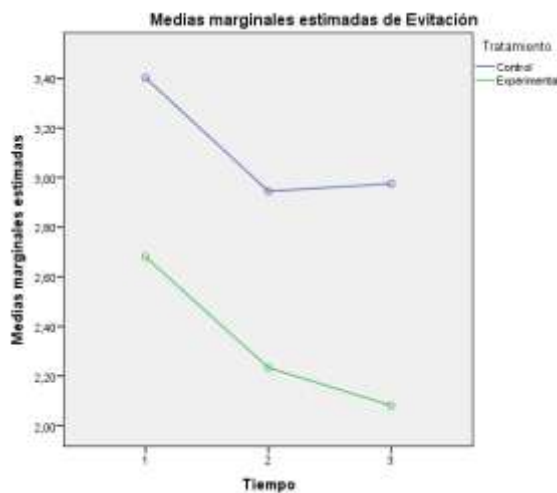
Evitación/Ansiedad	Grupo Experimental	Control
<b>Ansiedad</b>		
N	24	16
Mínimo	1,06	2
Máximo	5,89	5,94
Media	3,02	3,88
Desviación estándar	1,16	1,04
<b>Evitación</b>		
N	24	16
Mínimo	1	1,5
Máximo	3,83	5,22
Media	2,08	2,97
Desviación estándar	0,71	0,97

**Gráfico de Ansiedad al abandono en el grupo control y experimental**



Fuente: Diseño propio

**Gráfico de Evitación a la intimidad en el grupo control y experimental**



Fuente: Diseño propio

b) Variables secundarias:

**Atención plena (fice facet Mindfulness Questionnaire). Tiempo de medición: antes del inicio del programa, después de un mes y después de tres meses.**

<b>Mindfulness</b>	<b>Grupo Experimental</b>	<b>Control</b>
<b>Antes del tratamiento</b>		
N	30	21
Mínimo	2,67	2,41
Máximo	3,82	3,85
Media	3,15	3,23
Desviación estándar	0,33	0,40
<b>Después de un mes</b>		
N	24	16
Mínimo	2,72	2,44
Máximo	4,92	4,51
Media	3,67	3,39
Desviación estándar	0,53	0,55
<b>Después de tres mes</b>		
N	24	16
Mínimo	2,51	1,72
Máximo	4,97	4,1
Media	3,75	3,02
Desviación estándar	0,55	0,64

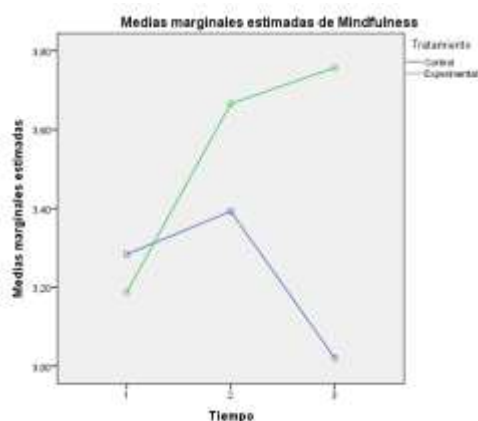
**Flexibilidad psicológica (Acceptance and Action Questionnaire II). Tiempo de medición: antes del inicio del programa, después de un mes y después de tres meses.**

<b>Flexibilidad psicológica</b>	<b>Grupo Experimental</b>	<b>Control</b>
<b>Antes del tratamiento</b>		
N	30	21
Mínimo	1,4	1,9
Máximo	5,5	6,1
Media	3,62	3,56
Desviación estándar	1,16	1,28
<b>Después de un mes</b>		
N	24	16
Mínimo	1	1,6
Máximo	4	5,4
Media	2,39	2,69
Desviación estándar	0,96	1,01
<b>Después de tres mes</b>		
N	24	16
Mínimo	1	1,8
Máximo	4	5,5
Media	2,47	3,74
Desviación estándar	0,90	1,24

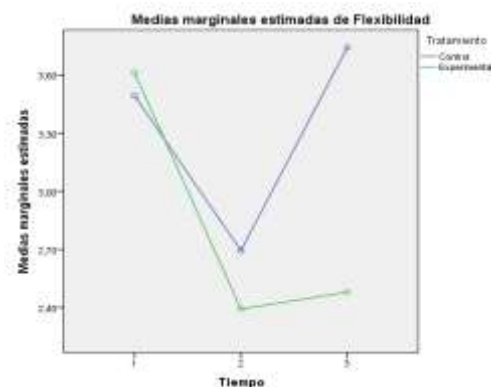
**Bienestar psicológico (Escala de Bienestar Psicológico de Ryff). Tiempo de medición: antes del inicio del programa, después de un mes y después de tres meses.**

Bienestar	Grupo Experimental	Control
<b>Antes del tratamiento</b>		
N	30	21
Mínimo	3,3	3,12
Máximo	5,48	5,36
Media	4,46	4,36
Desviación estándar	0,64	0,65
<b>Después de un mes</b>		
N	24	16
Mínimo	3,27	3,46
Máximo	5,92	5,49
Media	5,02	4,67
Desviación estándar	0,70	0,67
<b>Después de tres mes</b>		
N	24	16
Mínimo	3,44	2,95
Máximo	5,97	5,46
Media	4,98	4,38
Desviación estándar	0,65	0,77

**Gráfico de atención plena (mindfulness) en el grupo control y experimental**

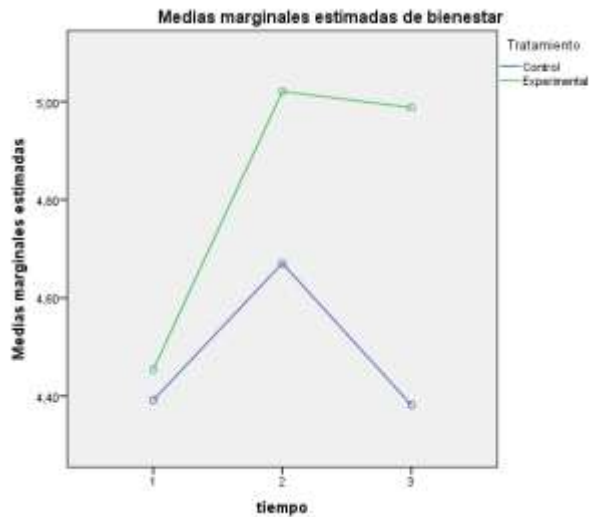


**Gráfico de Evitación experiencial /Flexibilidad psicológica en el grupo control y experimental**





## Gráfico de Bienestar Psicológico en el grupo control y experimental



## EVENTOS ADVERSOS

No se registraron eventos adversos.