

PSICOONCOLOGÍA

Bárbara Mesonero Guerra
Psicóloga de AMUCCAM
Psicóloga asociada al Servicio de
Ginecología del HUMV

PSICOONCOLOGÍA

- PSICO, del griego psyche – alma, actividad mental.
- ONCO, del griego oncos – tumor.
- LOGÍA, del griego logos - tratado

El interés creciente en el estudio y aplicación de la psicología al cáncer se debe a los siguientes factores:

- El hecho de que el comportamiento determina o influye en un gran número de cánceres.
- La detección precoz determina la supervivencia en determinados tipos de cáncer.
- El estrés y las emociones pueden contribuir a la génesis, pronóstico y supervivencia de los pacientes con cáncer.
- La necesidad de informar correctamente al paciente sobre el diagnóstico, pronóstico y tratamiento de su enfermedad.
- El impacto emocional asociado al diagnóstico y curso del cáncer.

Objetivos de la Psicooncología

- La Prevención.
- La intervención terapéutica y la rehabilitación.
- Los cuidados paliativos

Objetivos de la **prevención**

- Convertir a las personas en agentes activos de su propia salud.
- Conseguir que promocióne la salud en la comunidad en la que vive.
- Capacitar a la persona no sólo en la resolución de problemas, sino, para algo más importante, para prevenir su aparición.

Objetivos de la **Intervención terapéutica y rehabilitación**

- Hacer frente a las reacciones psicológicas y emocionales que pueden aparecer tras el diagnóstico, durante el tratamiento o después del tratamiento.

Cuidados paliativos

■ Objetivo:

Mantenimiento de la calidad de vida y asegurar al paciente una muerte digna.

Asistir a la familia

PETICIÓN DE INTERCONSULTA

Candidatos:

- Todos aquellos pacientes que lo requieran
- Personas que presenten sintomatología depresiva o ansiosa.

**DEPRESIÓN (PREOCUPACIÓN, TRISTEZA, DESILUSIÓN, DESÁNIMO)
¿CUÁL HA SIDO SU ESTADO DE ÁNIMO DURANTE LA SEMANA
PASADA?(*)**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**ANSIEDAD (TENSIÓN, NERVIOSISMO, ANGUSTIA)
¿CUÁL HA SIDO TU NIVEL DE ANSIEDAD DURANTE LA SEMANA
PASADA? (*)**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(* Puntuación mayor o igual a 5 Parte a interconsulta

Por favor, en qué medida ha presentado los siguientes síntomas o problemas durante la semana pasada (**):

	EN ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. ¿Ha tenido dolor?	1	2	3	4
2. ¿Ha tenido náuseas?	1	2	3	4
3. ¿Estuvo cansado?	1	2	3	4
4. ¿Ha tenido dificultades para dormir?	1	2	3	4
5. ¿Se sintió nervioso?	1	2	3	4
6. ¿Se sintió preocupado?	1	2	3	4
7. ¿Se sintió irritable?	1	2	3	4
8. ¿Ha afectado su estado de salud o el tratamiento a su vida familiar?	1	2	3	4
9. ¿Ha afectado su estado de salud o el tratamiento a sus relaciones sexuales?	1	2	3	4

ASPECTOS PSICOLÓGICOS DEL CÁNCER DE MAMA

EL C.M SUPONE

- Aceptar el hecho de padecer una enfermedad grave.
- Asumir la pérdida de una parte del cuerpo.
- Modificar sus relaciones familiares.
- Enfrentarse al impacto que esta enfermedad supone en su entorno social.
- Aprender a vivir con el miedo a la recaída.

**REACCIONES
PSICOLÓGICAS AL
DIAGNÓSTICO,
TRATAMIENTO Y
POSTRATAMIENTO.**

TRAS EL DIAGNÓSTICO

- Pánico.
- Sentimiento de culpabilidad.
- Dificultad de adaptación a la enfermedad.
- Opresión

DURANTE EL TRATAMIENTO

- Ansiedad
- Depresión
- Problemas con la imagen corporal.
- Tendencia a suprimir, bloquear emociones

POSTRATAMIENTO

- Sensación de pérdida.
- Redefinición del yo.
- Enfado y depresión.

OBJETIVOS DE LA TERAPIA PSICOLÓGICA

- Reducir la ansiedad, depresión y otros síntomas psicológicos.
- Mejorar el ajuste mental al cáncer.
- Promover en los enfermos un sentido de control personal y una participación activa en los tratamientos.
- Desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas para luchar contra el cáncer.
- Mejorar la comunicación entre el enfermo, su pareja y la familia.
- Fomentar la expresión abierta de sentimientos negativos.

¿ Por qué es importante
tener una buena
comunicación con el médico?

- Los médicos no suelen molestarse por las preguntas que les hagan sus pacientes. Es importante preguntar dudas y querer resolverlas porque ello conlleva una participación activa del paciente en su propio proceso de curación.

DUDAS MÁS FRECUENTES

- ¿Qué tipo de cáncer tengo?
- ¿Qué significa la palabra estadio?
- ¿Qué pruebas me van a realizar?
- ¿A qué profesionales del equipo me debo dirigir si tengo dudas?
- ¿Cuál es mi pronóstico y que tratamiento me van a ofrecer?
- ¿Porqué cree que este es el mejor tratamiento para mí?
- ¿Existen otros tratamientos?
- ¿Cuales son los efectos secundarios de los tratamientos?
- ¿Existe alguna manera de aliviar estos efectos secundarios?
- ¿Cómo sabré si el tratamiento está funcionando adecuadamente?
- ¿Qué pasa si no recibo este tratamiento?
- ¿Qué debo comunicar a mi familia y amigos acerca de mi enfermedad y cómo pueden ayudarme?
- ¿Qué pasa si falto a un tratamiento?
- ¿En qué aspectos cambiará mi vida?
- ¿Qué síntomas o problemas debo comunicar inmediatamente?
- ¿A quién debo acudir si me encuentro mal?
- Si yo o mi familia necesitamos ayuda, ¿disponen de psicólogos que nos puedan ayudar?

- Si no ha entendido alguna explicación, pregunte de nuevo.
- Si antes de la visita con su médico le surgen preguntas, anótelas y hágalas en el momento oportuno durante la visita.
- Comience preguntando las dudas que más le preocupen.
- No hay que tener miedo ni vergüenza a la hora de realizar cuantas preguntas se quieran y tantas veces como se desee.

CONSULTE A SU MÉDICO SI PRESENTA CON FRECUENCIA:

- Desesperanza.
- Tristeza excesiva.
- Pérdida de interés por las actividades habituales. Deseo constante de aislarse socialmente.
- Alteraciones del sueño.
- Irritabilidad.
- Falta de interés sexual.
- Abuso de drogas/alcohol.
- Sentimientos de culpa.

ESTUDIOS REALIZADOS

- Búsqueda de un perfil premórbido de personalidad relacionado con el cáncer.
- Estudio de la influencia de situaciones estresantes y emociones negativas.
- Análisis de los estilos de afrontamiento que las personas con cáncer ponen en marcha ante la enfermedad y su repercusión en la evolución de la misma.
- Tipo de intervenciones psicológicas que pueden ser más efectivas para reducir el malestar emocional y los problemas de adaptación derivados del padecimiento y tratamiento de la enfermedad.