

# Psicooncología y psicología en cuidados paliativos:

## Cuidado interdisciplinario en pacientes con diagnóstico de cáncer

**Maily D. Rivera Maldonado, PhD**

Psicóloga Clínica  
Certificación en "Primary Care Behavioral Health" (UMASS)  
Psicología de la Salud, Hospital Centro Comprensivo de Cáncer  
de la Universidad de Puerto Rico  
Práctica privada en Las Américas Professional Center y  
Torre Médica Auxilio Mutuo, San Juan, PR



### Introducción

Aunque existen muchos tipos de cáncer, todos comienzan debido al crecimiento sin control de células anormales. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cáncer es la segunda causa de muerte a nivel mundial. En las últimas décadas, la investigación contra el cáncer ha avanzado significativamente y gracias a la detección temprana y a mejores tratamientos se viene logrando un aumento en los porcentajes de supervivencia.

Recibir un diagnóstico de cáncer y someterse a un tratamiento para esa enfermedad supone afrontar una serie de situaciones estresantes que, en muchas ocasiones, pueden desbordar al paciente y a su familia. La depresión y la ansiedad son los trastornos más frecuentes. El cáncer conlleva un proceso emocional –que involucra aspectos personales, familiares y ambientales del paciente–, lo que nos lleva a adoptar un enfoque biopsicosocial de este tema.

### Psicología de la salud

La OMS define la salud como "Un estado de bienestar completo físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o de dolencia". Esta definición subraya la naturaleza bio-psico-social de la salud. Los pensamientos, los sentimientos el y estilo general de vida son considerados como requisitos para lograr y mantener la salud física. En torno a esta integración mente-cuerpo, surge lo que hoy se conoce como psicología de la salud, también llamada medicina conductual, psicología médica o medicina psicosomática. Esta se enfoca en la aplicación del conocimiento científico de la relación entre componentes conductuales, emocionales, cognitivos, sociales y biológicos en la salud física para:

- La promoción y el mantenimiento de la salud;
- La prevención, el tratamiento y la rehabilitación de alguna enfermedad física; y
- La mejoría del sistema de cuidado de salud;

### Psicooncología y psicología en cuidados paliativos

La psicooncología es una especialidad relativamente nueva, nacida como respuesta a los problemas psicosociales propios de la atención al enfermo de cáncer. Junto con la psicología en cuidados paliativos, parte de un posicionamiento de salud positiva, no patologizante, centrado en la promoción de la salud, la prevención, la identificación temprana, la valoración integral y continua, el control de síntomas y la minimización del sufrimiento de quien padece una enfermedad física y su entorno.<sup>2</sup> Su objetivo es favorecer el tratamiento y la recuperación de los pacientes con cáncer.

El psicólogo en cuidados paliativos es parte del equipo que apoya a personas con sufrimiento debido a una enfermedad grave, en especial al final de la vida. Esto puede dar algún alivio a más del 90% de enfermos con cáncer avanzado.<sup>5</sup>

### Cáncer y salud emocional

Los pacientes con tratamiento oncológico pueden presentar problemas de tipo cognitivo, emocional, motivacional y de comunicación, los que no son subsanables únicamente desde un punto de vista médico. Los problemas emocionales pueden ser respuestas normales frente a eventos catastróficos como el cáncer. Aunque la mayoría de los pacientes y sus familias se adaptan bien a las situaciones, hay un grupo susceptible de presentar depresión y ansiedad que pueden interferir con

el tratamiento, con la recuperación y con la calidad de vida. La ansiedad en pacientes con cáncer puede estar presente antes del diagnóstico.

El diagnóstico puede desencadenar preocupaciones anticipadas hacia la evolución de la enfermedad, el tratamiento y eventuales complicaciones asociadas a la pérdida progresiva de autonomía que antecede a la muerte. Diferentes estudios plantean que entre el 15% y el 25% de los pacientes con cáncer sufren estados depresivos que pueden aumentar el riesgo de suicidio.<sup>7</sup> Cáncer puede significar dolor, invasión, agresión y, desde el punto de vista psicosocial, representar invalidez, lesión estética, esterilidad, impotencia y agresión a la libido.

Los adelantos contra el cáncer permiten en muchos casos detener la enfermedad y alargar la vida. Sin embargo, este proceso deja secuelas de considerable impacto emocional, psicosocial y personal, por:

- Amputaciones de alguna parte del cuerpo (de las mamas, de miembros inferiores o superiores, etc.);
- Cambios importantes en la imagen corporal;
- Minusvalía (comprometiendo la independencia del paciente, siendo de muy difícil aceptación);
- Problemas de autoestima;
- Retiro de la vida laboral; y
- Procesos de duelo (duelo anticipado).

### El psicólogo de la salud en oncología

El profesional de salud mental se ocupa de las respuestas emocionales de los pacientes, de sus familias y del equipo médico. Investiga las variables sociales, psicológicas y conductuales que influyen en la prevención, el riesgo y la sobrevida de quienes padecen esta enfermedad, apoya a aliviar síntomas emocionales relacionados con los tratamientos, y procura también conocer y describir los diversos modos de afrontar la enfermedad oncológica, los factores que influyen sobre ella y las estrategias terapéuticas útiles.


La finalidad de las intervenciones de la psicología y de la psicología en cuidados paliativos es mejorar la calidad de vida de los pacientes y de sus familias. A la vez, busca garantizar el mayor bienestar posible y minimizar el sufrimiento evitable, acompañando el sufrimiento inevitable. Es un apoyo importante para enfrentar y desarrollar el proceso de adaptación y readaptación a

las nuevas condiciones, que en la mayoría de los casos va unido a un proceso de rehabilitación para recuperar cierto nivel de autonomía.

Estos procesos demandan una atención sistemática de los servicios psicológicos, que además de trabajar por disminuir los síntomas y las reacciones emocionales negativas, estimula el optimismo en los resultados del tratamiento y contribuye a mejorar la dinámica familiar, a veces complicada, que puedan afectar el proceso de tratamiento y rehabilitación.

### Conclusión

El cáncer es una enfermedad que impacta significativamente en los niveles físico y emocional. Para esto, es recomendable un abordaje integral, lo que implica un trabajo en equipo, en el cual la psicooncología juega un papel muy importante ayudando a desarrollar, implementar y difundir conocimientos que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas. La psicología de la salud y el cuidado integrado están en pleno apogeo, debido a la globalización y a la propagación acelerada de enfermedades transmisibles y no transmisibles.

Por ello, también es de suma importancia que se continúen desarrollando investigaciones que evalúen y estudien la eficacia de los tratamientos psicológicos en los pacientes con cáncer y con otras enfermedades crónicas. 

### Referencias

1. Agosto-Valentín K, Asencio-Torres A, Bernard-Vega M, García-Vázquez SE, Millán-Rodríguez R, Pérez-Alicea R, Rivera-Rivera I, Torres-Cintrón CR, Alvarado-Ortiz M, Zavala D, Tortolero-Luna G, Ortiz AP. (2016). Cáncer en Puerto Rico: 2009-2013. Registro Central de Cáncer, Centro Comprensivo de Cáncer de la Universidad de Puerto Rico.
2. Cabrera Y, López-Gonzalez E, López-Cabrera E, Arrendondo B. (2017). La psicología y la oncología: en una unidad imprescindible. *Rev. Finlay* [online]. 7 (2), pp.115-127.
3. Cruzado J (2003). La formación en Psicooncología. *Psicooncología*, Psico-Oncología, 0 (1), 9-19.
4. Holland J. (2002). History of Psycho-Oncology: Overcoming Attitudinal and Conceptual Barriers. *Psychosomatic Medicine*. 64, 206-221.
5. Lynch T, Connor S, Clark D. (2013). Mapping levels of palliative care development: a global update. *Journal of Pain and Symptom Management* 45(6), 94-106.
6. Matarazzo JD. (1980): Behavioural Health and Behavioural Medicine. *Frontiers of a new Health Psychology*. *American Psychologist*, 35, 807-817.
7. Organización Mundial de la Salud, OMS (2018). Cáncer
8. Robert V, Álvarez C, Valdivieso F. (2013). Psicooncología: Un modelo de intervención y apoyo psicosocial, *Revista Médica Clínica Las Condes*, 24 (4), 677-684.