

ESTUDIO EXPLORATORIO COMPARATIVO DE DOS PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN GRUPAL PARA LA REDUCCIÓN DEL MALESTAR EMOCIONAL EN PACIENTES ONCOLÓGICOS



CST: CONSORCI SANITARI DE TERRASSA

Arcusa A¹, León C¹, Mirapeix R², Jovell E³, Blasco T⁴, Martín A⁵.

¹IOV, Servicio de Oncología, Consorci Sanitari de Terrassa; ²AECC Junta de Sabadell; ³Departamento de Investigació, Consorci Sanitari de Terrassa; ⁴Departamento de Psicología Básica, Universidad de Barcelona; ⁵Inspira. Barcelona

Objetivos:

Introducción: En los últimos años se ha observado un aumento en la utilización de una aproximación terapéutica, basada en el yoga y en la meditación, que ayuda a los pacientes con cáncer en su adaptación a la enfermedad, siguiendo el modelo del programa de John Kabat-Zinn, para la reducción del estrés, (MBSR: Mindfulness-Based Stress reduction), que es utilizado con éxito en pacientes con enfermedades crónicas y cáncer.

Objetivo: Comparar la efectividad de dos intervenciones grupales, una basada en el MBSR y otra psicoeducativa estándar, para la reducción de la ansiedad y la depresión en pacientes ambulatorios diagnosticados de cáncer.

Métodos:

Se seleccionaron pacientes diagnosticados de cáncer del Institut Oncològic del Vallés que atiende a una población de referencia de 750.000. En el grupo de intervención se siguió el modelo propuesto por Kabat-Zinn MBSR, y en el grupo control se realizó terapia grupal estándar. Los sujetos que firmaron el consentimiento informado, completaron una batería de test validados de ansiedad (STAI), depresión (BDI) y calidad de vida (QLQ-C30), antes y después de la intervención.

Resultados:

Características de los pacientes

N = 37

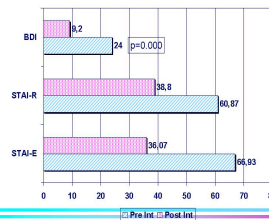
Intervención (n=20)

Sexo:
Mujeres 80%
Edad Media 51a.
(rango=25-75)
Estado Civil:
En pareja 85%
Situación Laboral:
En pareja 85%
No trabaja 60%
Nivel educativo:
Estud. Medios 55%
Dx. más frecuentes:
Mama 40%
Colon 35%

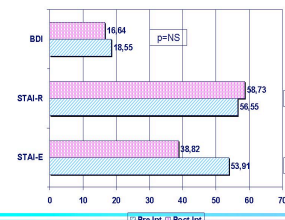
Control (n=17)

Sexo:
Mujeres 88,2%
Edad Media 51a.
(rango=37-62)
Estado Civil:
En pareja 94,1%
Situación Laboral:
En pareja 94,1%
No trabaja 60%
Nivel educativo:
Estud. Medios 52,9%
Dx. más frecuentes:
Mama 52,9%

Pacientes que han finalizado el estudio: Grupo Intervención: N=15



Pacientes que han finalizado el estudio: Grupo Control: N=11



En relación al cuestionario de Calidad de vida, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el Grupo de Intervención en las siguientes dimensiones: "Rol" (p=0,002), "Emocional" (p=0,000), Cognitivo (p=0,008), "Fatiga" (p=0,018), "Insomnio" (p=0,004), "Diarrea" (p=0,048), "Financiero" (p=0,023) y "Global" (p=0,011)

Referencias:

- Newell SA, Sanson-Fisher RW, Savolainen NJ. Systematic review of psychological therapies for cancer patients: overview and recommendations for future research. J Natl Cancer Inst 2002;94(8):558-584.
- Kabat-Zinn J. An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: theoretical considerations and preliminary results. Gen Hosp Psychiatry 1982;4:33-42.
- Ott MJ, Norris RL, Bauer-Wu SM. Mindfulness meditation for oncology patients: a discussion and critical review. Integr Cancer Therap 2006;5:98-108.
- Ivanowski B, Mahli GS. The psychological and neurological concomitants of mindfulness forms of meditations. Acta Neuropsychiat 2007;19:76-91.
- Kabat-Zinn J, Lipworth L, Burney R, Sellers W. Four-year follow-up of meditation based program for the self-regulation of chronic pain: treatment outcomes and compliance. Clin J Pain 1988;2:159-173.

Conclusiones:

El MBSR, propuesto por Kabat-Zinn, se ha mostrado muy eficaz para el manejo de los estados emocionales (ansiedad y depresión) en el paciente oncológico. Se observa una mejora en muchos aspectos de la calidad de vida en los sujetos que han seguido dicho modelo

Nota: Estudio llevado a cabo en parte gracias a una ayuda concedida por la Fundació Joan Costa Romà, del Consorci Sanitari de Terrassa y a la colaboración de la AECC de la Junta de Sabadell.