

Opinión

Dra. Paula
Martínez López



Experta en Psicooncología y Psicología de Cuidados Paliativos Docente investigadora de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Internacional de Valencia

Acompañamiento emocional oncológico: Compromiso del sistema de salud

El cáncer trae consigo una preocupación de la que los hospitales, hoy en día, deben pre-ocuparse con más ahínco: la atención psicológica. Está demostrado que el apoyo emocional y psicológico es determinante en el abordaje integral de estas enfermedades que cada vez arrojan cifras más significativas en cuanto a incidencia y también supervivencia.

La atención integral del cáncer es una necesidad especialmente importante en aquellos pacientes que deben afrontar esta lucha en solitario. Esta población no cuenta con vínculos familiares, ni con amistades que les sean soporte emocional. Es ahí donde los sistemas de salud de cada país deben trabajar para acompañar a los pacientes, no solo en los tratamientos, sino en el aspecto psicosocial.

Este es un compromiso que debe sembrarse desde las facultades y en los centros asistenciales. Los profesionales del área oncológica están convencidos de lo fundamental que es saber identificar y gestionar la respuesta emocional y los factores de riesgo asociados a la falta de una red de apoyo emocional. Pero hacerlo exitosamente es una labor que va más allá de los equipos que tratan directamente con los pacientes.

Por un lado, equipos multidisciplinares que interactúan y cuidan del paciente, desde oncólogos y enfermeras hasta trabajadores sociales y psicólogos, pueden conformar una red significativa de apoyo en la atención integral y humanizada del cáncer.

Y, por otro lado, en los centros de atención médica, es clave que existan asociaciones dedicadas al cáncer para que contribuyan en la provisión de apoyo psicológico y servicios prácticos. Con unidades de psicooncología integradas en hospitales y una amplia gama de servicios, estas organizaciones sin fines de lucro pueden ofrecer numerosos recursos para el apoyo y acompañamiento de los pacientes.

A través de profesionales y voluntarios dedicados, estas asociaciones son capaces de proporcionar un apoyo constante a los pacientes, ya sea en el hospital, en casa o a través de medios virtuales. En el caso de los voluntarios, los testimonios personales y las actividades grupales proporcionan un espacio seguro para compartir experiencias y encontrar consuelo en la comunidad.

Por otro lado, la presencia de una extensa y creciente población de personas que sobreviven a un cáncer es la clave para entender el interés surgido desde hace ya más de una década por la detección, control y posible prevención de las secuelas de salud, no solo a nivel físico sino también psicosocial, resultantes del diagnóstico y tratamiento de la enfermedad. En este sentido, el foco de la atención biopsicosocial se ha ampliado en los últimos tiempos a aquellos que han superado con éxito una enfermedad oncológica, pero que pueden presentar problemas a consecuencia de la misma o de los efectos secundarios de los tratamientos.

Dejando a un lado la parte médica, desde una perspectiva psicosocial, la finalización del tratamiento primario de un cáncer puede acentuar la respuesta de distrés o malestar emocional debido, en parte, a la pérdida de la seguridad que confiere el tratamiento, a la persistencia de síntomas y a la disminución de la vigilancia médica continuada. En ese momento son habituales las reacciones de incertidumbre y miedo ante una posible recaída. Es cierto que la investigación muestra la existencia de efectos positivos en un porcentaje considerable de supervivientes como resultado de la experiencia del cáncer, (p.ej., mayor aprecio por la vida, crecimiento personal y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales). Sin embargo, un porcentaje también importante señala niveles clínicamente significativos de distrés o malestar emocional en el postratamiento. Además, no debemos olvidar que también existe en esta población una serie de dificultades de tipo social y práctico (p.ej., relacionadas con la situación laboral, con la situación económica, e incluso con aspectos relativos a la cobertura de los seguros médico y de vida) a las que igualmente debemos atender.

Lo anterior conforma un panorama en el que el cuidado psicosocial del superviviente con cáncer debe ser necesariamente especializado, integral y multidisciplinar, y que, atendiendo a la sostenibilidad de nuestro sistema sanitario, podría verse favorecido por una participación más activa del paciente durante esta fase, siendo los profesionales sanitarios los responsables de potenciar la autonomía de la persona, facilitando el automanejo. De esta forma, y tal y como sugieren estudios desarrollados desde otros sistemas de salud, se podría pensar en cambiar de las visitas programadas a un seguimiento activado por el propio paciente.

Como vemos, es un entramado que requiere una atención desde todos los ángulos. Por eso es fundamental que exista una red sólida de apoyo para aquellos que enfrentan esta enfermedad. Juntos, podemos hacerle frente al cáncer con valentía y esperanza, sabiendo que no estamos solos en esta batalla.