

Reseña de libro

Reseña de: *Guía de tratamientos psicológicos eficaces en psicooncología. Alteraciones psicológicas y físicas.*

García, F., Alós, F., Pérez, C. & Moriana, J.A. (2016). Pirámide.

Esperanza Bausela ^{1,*}

¹ Universidad Pública de Navarra

* Autor correspondencia: esperanza.bausela@unavarra.es

DOI: <https://doi.org/10.37536/RIECS.2023.8.2.382>

Guía de tratamientos psicológicos eficaces en psicooncología es una obra colectiva de cuatro doctores de la Universidad de Córdoba y miembros del Equipo Investigador de Psicología Clínica basada en la Evidencia.

Recientemente el Consejo General de Psicología (COP), la Sociedad Española de Psicooncología (SEPO), la Sociedad Española de Cuidados Paliativos (SECPAL) y la Sociedad Española de Cuidados Paliativos Pediátricos (PEDPAL) se han comprometido a impulsar la creación de la Especialidad de Psicólogo Especialista en Psicooncología y Psicología Paliativa a través de la redacción del Título de Psicólogo/a Especialista en Psicooncología y Psicología Paliativa.

Psicooncología. Se trata de una especialidad dentro de psicología de la salud que se ocupa de atender a los pacientes afectados por cáncer y a sus familias. Permite valorar y abordar los problemas psicológicos asociados al cáncer, favorecer el afrontamiento de la enfermedad por parte del paciente y la familia, mejorar la adhesión a los tratamientos oncológicos y fomentar la prevención primaria, secundaria y terciaria en la enfermedad oncológica. Es una disciplina que permite estudiar las relaciones entre variables biopsicosociales, el inicio y la progresión de la enfermedad oncológica. Exige, por consiguiente, una formación especializada y diferente a la psicología clínica.

La revisión realizada por Hernández y Cruzado (2012)¹ permite conocer la alta frecuencia de problemas de salud mental y síntomas de ansiedad, depresión y malestar emocional que presentan las personas que padecen un cáncer. Los datos obtenidos contrastan con la asistencia psicológica específica que se ofrece actualmente - muy deficitaria - a estos pacientes que podrían necesitar una ayuda o un tratamiento psicológico específico no lo reciben, probablemente ni siquiera son detectados.

Se requieren tratamientos específicos y eficaces (basados en evidencias contrastadas y apoyadas empíricamente) que ayuden a la persona y, también, a sus familiares a: (i) sobrellevar el diagnóstico; (ii) controlar la ansiedad y la depresión; (iii) sobrellevar los síntomas y efectos secundarios de los tratamientos; (iv) gestionar el dolor, la fatiga y el miedo; (v) manejar las emocionales que generan los cambios de la imagen personal y la intimidad; (vi) controlar el miedo al futuro, a las recaídas y recidivas.

Es preciso desarrollar diversas competencias en las personas y sus familias que les ayuden a: (i) Comunicarse de manera clara con su equipo de atención médica; (ii) Hablar con familiares y amigos, y adaptarse a los cambios; (iii) Buscar recursos y ayudarlo a lidiar con los cambios en el ámbito laboral, profesional y económico; (iv) Tomar decisiones en relación al futuro.

Guía de tratamientos psicológicos eficaces en psicooncología consta de una Introducción en relación a la supervivencia al cáncer.

¹ Hernández, M. y Cruzado, J.A. (2013). La atención psicológica a pacientes con cáncer: de la evaluación al tratamiento. *Clínica y Salud*, 24(1), 1-9.

Seguidamente, en la *primera parte* se presenta una revisión de tratamientos psicológicos dirigidas a abordar las *alteraciones psicológicas* en los supervivientes al cáncer: (i) La depresión en los supervivientes al cáncer; (ii) La ansiedad en los supervivientes al cáncer; (iii) El trastorno por estrés postraumático en los supervivientes al cáncer; (iv) Las alteraciones cognitivas en los supervivientes al cáncer; (v) El tabaco en los supervivientes al cáncer; (vi) El alcohol en los supervivientes al cáncer.

En la *segunda parte* se centra en analizar tratamientos psicológicos dirigidos a abordar las *alteraciones físicas* en los supervivientes al cáncer: (i) La fatiga en los supervivientes al cáncer; (ii) Las alteraciones en el sueño en los supervivientes al cáncer; (iii) Las alteraciones en la sexualidad en los supervivientes al cáncer; (iv) El dolor en los supervivientes al cáncer; (v) La obesidad en los supervivientes al cáncer (vi) La eficacia de los tratamientos psicológicos.

Las intervenciones psicológicas que se proponen son múltiples, siendo su objetivo fundamental es que el paciente mantenga una buena calidad de vida a lo largo de todo el proceso (Monedo y Alonso, 2003)².

En este texto se presentan diferentes tipos de tratamientos que deben ser adaptados en función de cada paciente y los resultados de la evaluación, destacamos algunos de los que se presentan en función de las diferentes alteraciones psicológicas y físicas: (i) terapia cognitivo – conductual, intervenciones psicosociales, intervenciones psicoeducativas, mindfulness, ejercicio, yoga, hipnosis y otras intervenciones. Estas intervenciones tienen diferente nivel de eficacia en función de las diferentes alteraciones psicológicas y físicas: (i) Tratamiento bien establecido; (ii) Tratamiento probablemente eficaz; (iii) Tratamiento en fase de prueba.

Estimamos que es un material especialmente recomendado para adquirir formación en habilidades y técnicas necesarias para el tratamiento psicológico del paciente oncológico y su familia.



© 2023 por los autores; Esta obra está sujeta a la licencia de Reconocimiento 4.0 Internacional de Creative Commons. Para ver una copia de esta licencia, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

² Monedo y Alonso (2003). Aspectos psicoemocionales en cuidados paliativos. En V. Valentín, C. Alonso, M.T. Murillo, P. Pérez y Y. Vilches (Eds.), *Oncología en Atención Primaria* (pp. 665-680). Madrid: Nova Sidonia Oncología y Hematología.