

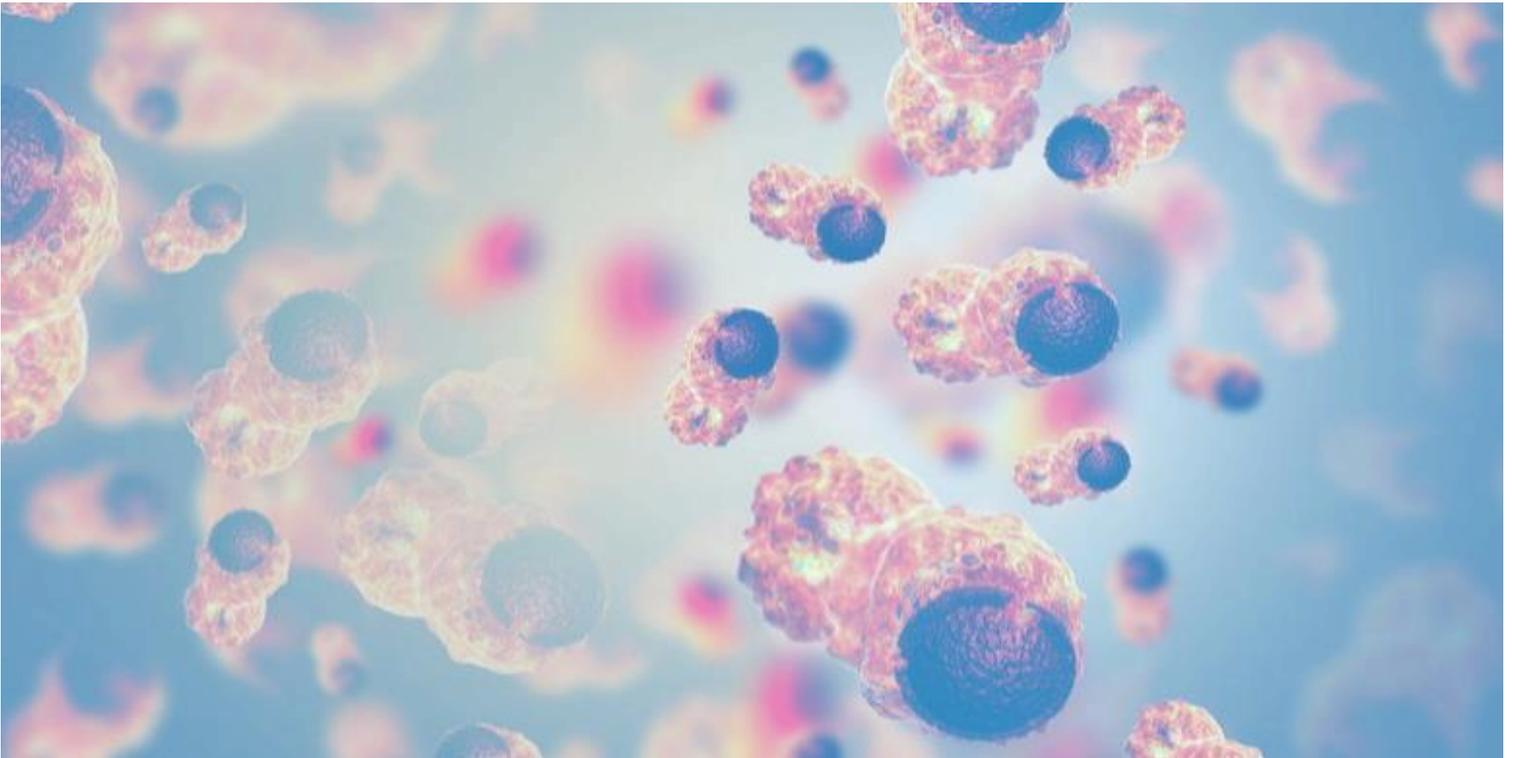


PROMOCIÓN, PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN

# PSICOONCOLÓGICA EN EL PACIENTE Y SUS FAMILIARES

Modelo de Salud Mental

Martínez L. Erik Yudiel;  
Álvarez O. Julio César;  
Trujillo M. Christian.



Universidad de Morelos, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

**Objetivo del programa:**

Brindar atención al paciente y sus familiares, promoviendo cambio del estilo de vida, por uno más saludable y positivo. Dar a conocer, sobre lo que realmente es la enfermedad, prevención y cuidado ante esta. Se intervendrá mediante técnicas propias de la psicología, tratando las respuestas emocionales ante el diagnóstico de la enfermedad, así como también los aspectos cognitivos y comportamentales.

**Justificación:**

En el 2014 la OMS declaró que en los últimos años el cáncer había sido la segunda causa de muerte a nivel mundial. Esto representa un riesgo que hay que tomar en cuenta, Los diferentes tipos de cáncer han ido en aumento y las cifras en personas jóvenes han aumentado, estudios revelan que el estilo de vida de las personas tiene gran relación en el aumento de pacientes con cáncer, de la misma forma hay estudios que revelan que el estilo de vida puede ayudar a prevenir la enfermedad, y en la mayoría de los casos un buen estilo de vida ayuda a mejorar un tratamiento de cáncer, dando mejores pronósticos y mejor calidad de vida aun dentro de la enfermedad. Tomando esto en cuenta, se cree importante la creación de programas multidisciplinarios que ayuden en la promoción de un buen estilo de vida que ayude a prevenir y/o a tratar el cáncer, dándole así herramientas, tanto a pacientes, como a familiares y personas que aún no están enfermas.

**Tiempo estimado del programa:**

Promoción: 1 año

Prevención: 6 meses

Intervención: 1 año

**1) Programa de Educación en Salud (Promoción)**

Objetivo específico: Informar al paciente, lo que es la enfermedad y sus expresiones psicológicas, para una preparación resiliente en el caso de que esta enfermedad se presente.

---

Universidad de Montemorelos, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

TEMÁTICAS:	MATERIAL DIDÁCTICO:	TRABAJO MULTIDISCIPLINARIO:	FRECUENCIA:	TIEMPO POR SESIÓN:
¿Conozco lo que realmente es el cáncer?	Revistas de la OMS, tipos de cáncer.	Médicos y psicólogo	3 veces al año.	25-30 minutos
¿Cuál podría ser mi reacción si me detectaran cáncer?	Tríptico: de la "Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés".	Médico psiquiatra y psicólogo.	4 veces al año.	40 minutos.
¿Como puedo prevenirlo?	Revista de alimentación saludable.	Nutriólogo y psicólogo.	Taller de 4 sesiones. 2 veces al año.	30 minutos.

**2)Prevención:**

Objetivo específico:

Educar al paciente orientándolo hacia un estilo de vida saludable, dándole herramientas tanto físicas como psicológicas e instruyéndolo y estimulándolo a autoevaluarse y a visitar profesionales de la salud que lo ayuden prevenir la enfermedad o a detectarla de manera temprana.

Temáticas:	Material didáctico:	Trabajo multidisciplinario:	Frecuencia:	tiempo por sesión:
Identificación de los factores de riesgo en mi vida diaria	Folleto de la sociedad española de oncología médica. Papel y lápiz para hacer un análisis de su semana común en ese mes.	Psicología y nutriología	1 vez cada 2 meses	De 30 a 45 minutos
La autoevaluación y la detección temprana	Folleto de diferentes tipos de cancer. (Issste, Imss u otros)	Psicología y medicina	1 vez cada dos meses	De 30 a 45 min

Universidad de Montemorelos, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

Los hábitos como estrategia de prevención (estrategias basadas en la primera actividad)	Folleto (quiero vivir sano) Hoja de metas	Psicología y nutrición	1 vez al mes	De 20 a 30 min
Las emociones y su impacto en la salud (Información y evaluación)	Folleto acerca de estrés y ansiedad y su impacto en la salud. Inventarios de ansiedad y depresión de Beck	Psicología	Evaluación al inicio y al final de la intervención.	
Hablando de mis emociones (sesión donde se deja que el paciente exprese como se ha sentido emocionalmente)		Psicología	1 vez al mes	De 20 a 30 min

**3) Psicoterapia individual, familia y parejas (Intervención):**

Objetivo específico: El objetivo fundamental es que el paciente mantenga una buena calidad de vida a lo largo de todo el proceso.

Temáticas:	Material didáctico:	Trabajo multidisciplinario:	Frecuencia:	tiempo por sesión:
Manejo de depresión y ansiedad ante diagnóstico de la enfermedad (terapia psicodinámica)	Manual para el paciente oncológico y su familia*	Médico, psiquiatra y psicólogo	2 sesiones semanales durante el primer mes	40 min.
Counselling: relación con los demás, con su problema/enfermedad y afrontamiento.	Teoría de Carl Rogers, centrada en el cliente***	psicólogos.	1 sesión por semana por mes (en el segundo y tercer mes)	35-45 min.
Adaptación a los cambios en la imagen	Artículo científico español**	Médicos y psicólogo.	Una vez por mes o después de	40 min.

Universidad de Montemorelos, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

corporal provocados por los tratamientos.			intervención posquirúrgica (durante seis meses)	
Expresión y manejo de miedos: pensar y hablar acerca de la vida y de la muerte.	Hojas blancas, bolígrafo (no siempre será necesario).	Médico y psicólogo.	2 veces al mes	45 min.

\*<https://www.doccity.com/es/manual-para-el-paciente-oncologico-y-su-familia/3098008/>

\*\*Artículo con objetivos y estrategias generales de intervención para aumentar la tolerancia y facilitar la adaptación a los cambios corporales

\*\*\*<https://www.revistaclinicacontemporanea.org/archivos/cc2011v2n2a6.pdf>

#### **4) Evaluación:**

La promoción se evaluará casi al finalizar el programa, con la siguiente prueba psicológica: CRI-A. Inventario de Respuestas de Afrontamiento. En ella se evalúa respuestas de afrontamiento que una persona emplea ante un problema o una situación estresante. Sus ocho escalas incluyen estrategias de aproximación al problema (Análisis lógico, Reevaluación positiva, Búsqueda de guía y soporte, Solución de problemas) y de evitación del mismo (Evitación cognitiva, Aceptación o resignación, Búsqueda de recompensas alternativas, Descarga emocional).

En la prevención se evaluará la salud física de manera subjetiva por medio de una actividad donde el paciente analizará su estilo de vida y su calidad de vida, y de manera objetiva por medio de estudios médicos generales como; nivel de glucosa, presión arterial, en el caso de los hombres se puede utilizar la revisión de la próstata para iniciar con el programa y en el caso de las mujeres el estudio para el cáncer de mama. Para el área de la salud mental se aplicará al inicio y al final del programa los inventarios de depresión y ansiedad de Beck.

La intervención se evaluará, con dos pruebas de carácter psicométrico, el Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Bienestar Psicológico EBP. Para medir la ansiedad, depresión y otros aspectos significativos ante la enfermedad.

#### **4) Referencias:**

---

Universidad de Morelia, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

- Organización Mundial de la Salud. 2007. Control del cáncer, Guía de la OMS para desarrollar programas eficaces  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44022/9789243547114\\_spa.pdf;jsessionid=98BA824FCB65F27E5732496B8336942F?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44022/9789243547114_spa.pdf;jsessionid=98BA824FCB65F27E5732496B8336942F?sequence=1)
- Fundación Mylan para la Salud e Instituto Max Weber. 2018. La atención psicológica al paciente de cáncer en España.  
[https://www.fundacionmylan.com//media/mylanfoundations/files/atencion\\_psicologica\\_digital\\_def\\_2.pdf](https://www.fundacionmylan.com//media/mylanfoundations/files/atencion_psicologica_digital_def_2.pdf)
- Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer/Instituto Estadounidense de Investigación sobre el Cáncer. Alimentos, nutrición, actividad física, y la prevención del cáncer: una perspectiva mundial. Washington, D.C.: AICR, 2007.  
<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2011/alimentation-AICR-WCR-ejercicio-resumen-es.pdf>
- Fernández, C. A., & Flores, A. B. (2011). Intervención Psicológica en Personas con Cáncer Psychological Intervention in Cancer Patients. *Clínica*, 2(2), 187-207.
- Fernández, A. I. (2004). Alteraciones psicológicas asociadas a los cambios en la apariencia física en pacientes oncológicos. *Psicooncología*, 1(2), 169-180.
- Revé Quiala, Idelvis, & Velázquez Drangue, Daily Juana, & Rojas Torriente, Katia, & Pineda Chacón, Roberto, & Ramírez De la Cruz, Noemí (2015). Estrategia de intervención en féminas para la prevención de cáncer cervicouterino. *Revista Información Científica*, 90(2).
- Muñoz Monterroza, Dennys Isabel, & Cogollo Jiménez, Regina, & Arteaga Noriega, Aníbal, & Hernández Pérez, Sandra (2018). INCERTIDUMBRE FRENTE A LA ENFERMEDAD EN MUJERES DIAGNOSTICADAS CON CÁNCER DE SENO. *Investigaciones Andina*, 20(36).
- Lostanau, Vanessa, & Torrejón, Claudia, & Cassaretto, Mónica (2017). Estrés, afrontamiento y calidad de vida relacionada a la salud en mujeres con cáncer de mama. *Actualidades en Psicología*, 31(122).
-

Universidad de Montemorelos, Facultad de Psicología  
**PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

Ruiz Carmona, Diosalys Anibeth, & Lugo Tremont, Ronny Alexander (2018). Factores psicológicos asociados a la calidad de vida en pacientes con cáncer: Diagrama de ruta. *Psicología Iberoamericana*, 26(2).

---