



VENTANA AL PACIENTE

Cuidar las emociones para paliar los tumores

La psico-oncología se erige como apoyo necesario no sólo para el paciente de cáncer, sino también para el entorno familiar y cercano

Irene E. Sánchez • MADRID

Tiene 53 años y acaba de enterarse de que padece cáncer de colon. Tras escuchar la noticia, reconstruye su vida punto por punto, la recompone, piensa en cada uno de los pasos que ha dado. «¿Qué me ocurre? ¿Adónde voy? No puede ser...», son algunos de los pensamientos que pasean de uno al otro lado de su cabeza. Pide incluso que le repitan las pruebas, niega la realidad...

De esta forma explica el psicólogo Carlos Uhé el comienzo de su largo camino de lucha contra el cáncer que le diagnosticaron, los primeros pasos indecisos y desconfiados de aquel al que informan de algo semejante. «Hay cuatro reacciones claras: «¿Qué habré hecho yo para merecer esto?», «¿por qué a mí?», «¿si yo estaba bien y me ha ocurrido de repente!» y, por último, ponerte en lo peor, lo cual te lleva a la depresión». No obstante, son éstos algunos de los síntomas que ocurren a todo enfermo y que Carlos superó cuando se propuso hacer una buena reflexión de la situación. «El ser humano ha aprendido a ponerse en lo peor para estar preparado para todo, pero el problema del paciente de cáncer es que puede salir o no de lo peor», afirma Uhé.

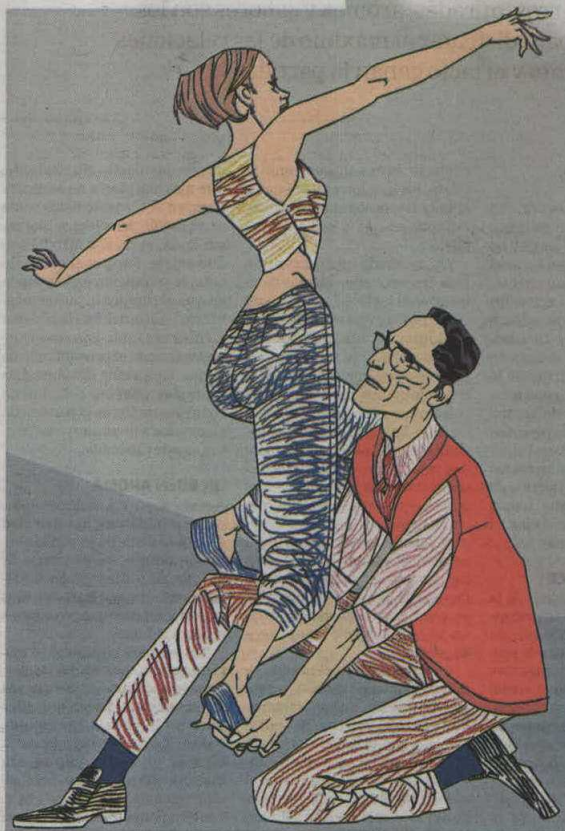
La intervención psicológica que hace ver al paciente que puede vencer esa carga y que no está solo es fundamental en ese paso entre las primeras reacciones y la decisión de emprender un camino de lucha. Por ello, Carlos decidió practicar la psico-oncología consigo mismo. «Como psicólogo pensé: Si estoy ayudando a otras personas, ¿por qué no me ayudo a mí?», recuerda. Aun a pesar de la insuficiencia de personal especializado en el sis-

tema sanitario actual, la psico-oncología se reconoce con más fuerza cada día. «Es muy efectiva, ya que no sólo ayuda al paciente a superar el cáncer, sino también a la familia y al entorno menos cercano», aclara el psicólogo. Ese apoyo favorece a su vez la mejora de la sanidad, ya que el optimismo del enfermo mejora con creces su sistema de defensa.

MISIÓN

La psico-oncología trata de aliviar los comportamientos posteriores a la asimilación del cáncer, es decir, tanto la reacción depresiva del enfermo como el compadecimiento del círculo familiar más próximo. Uhé habla de la actitud de este grupo para con el enfermo: «Siempre te dirán que no pasa nada, que no te preocupes... pero luego se echarán a llorar porque no saben cómo afrontarlo». La ayuda psicológica al familiar es casi tan relevante como la prestada al paciente de cáncer. «Existen barreras, como que en países en desarrollo está mal implantada o que se trata de una sub-subespecialidad, ya que es una disciplina específica para el cáncer. No obstante, una encuesta en Italia promovida por el Instituto Nacional de Salud y la Sociedad Italiana de Psico-Oncología, ya hay creados 90 servicios acreditados oficialmente», afirma el presidente de la Sociedad Internacional, Luigi Grassi.

«Si muero, lo haré con las botas puestas», se dijo Carlos cuando decidió luchar contra su afección. Actualmente, no sin dar gracias a la psico-oncología, va bien calzado aunque, eso sí, con el ánimo de que «el proceso de superación de la enfermedad me ayudó a vivir el presente. Si estoy aquí, si respiro, si valoro todo lo que tengo... Soy feliz», manifiesta Carlos.



«El proceso de superación de la enfermedad me ayudó a vivir el presente. Si estoy aquí, si respiro, si valoro todo lo que tengo... Soy feliz»

¿Qué es?

Es una especialidad que trata las alteraciones emocionales del paciente enfermo de cáncer y de su familia con el fin de prestar atención a sus necesidades psicológicas en las distintas fases de la dolencia. Para detectar estas carencias es imprescindible que los profesionales vayan más allá del simple tratamiento psicológico. Principalmente, deben tener

habilidades relacionadas con este mal, reconocer situaciones determinadas dentro del proceso y las distintas fases anímicas de un paciente con un tumor maligno. No es una especialidad reconocida, aunque el objetivo de las sociedades que la defienden es que el psicólogo tenga una formación específica en psicoterapia y un máster en psico-oncología para

llevar a cabo su labor. Durante los últimos diez años la psico-oncología ha crecido notablemente, dado que los mismos pacientes reclaman esta atención por parte de centros y hospitales. Italia y España son dos de los países que más la han fomentado hasta el momento, prueba de ello la localización de la sede internacional en el primero.

DE INTERÉS PARA LOS ENFERMOS:

Asociación Española de Psico-oncología
Dirección: Apartado de correos 31124, 28080, MADRID
Teléfono: 918070874
Fax: 9180758879
Correo electrónico: secretaria@sepo.es
Página web: <http://www.sepo.es/home/>