

Eficacia de una intervención basada en *mindfulness* para pacientes oncológicos en estadios avanzados y sus familiares en Hospital Universitario La Paz.

Rocamora C, Palao A, Rodríguez B, Bravo MF, Castillo P, Maroto S, Reinoso A, Alonso C, Mora C.
Servicio de Psiquiatría – Hospital Universitario de La Paz De Madrid- IdiPaz
Villacieros M, Bermejo JC, Lozano B, Prieto R.

Centro San Camilo - Programa de Atención Integral psicosocial a personas con enfermedad avanzada. Obra Social La Caixa

Introducción y objetivos

- ▶ La importancia de las intervenciones en **regulación emocional** como ayuda a pacientes oncológicos y cuidadores principales está claramente establecida.
- ▶ El **objetivo** del estudio fue analizar el efecto diferencial entre dos programas de Apoyo Emocional, uno de ellos basado Mindfulness, en pacientes oncológicos avanzados ingresados y sus familiares

Resultados

- ▶ **Muestra:** Se reclutaron 41 personas, 30 pacientes oncológicos (estadio III & IV) y 11 cuidadores.
- ▶ De ellos, 21 mujeres (51,2%) y 20 hombres (48,8%), con edad media 54 años (DT= 16,22).
- ▶ Tras la **aleatorización:** 22 fueron asignados al grupo control (apoyo emocional) y 19 al experimental (apoyo emocional y mindfulness).
- ▶ Solamente dos participantes llegaron a recibir hasta **5 sesiones de tratamiento**.

Características sociodemográficas y evolución de la asistencia al ensayo		
Grupo	N (n pacientes + n cuidadores)	%
PAE	22 (15 + 7)	53,7
PAEM	19 (15 + 4)	46,3
País	N (n pacientes + n cuidadores)	%
España	38 (28 + 10)	92,7
América Latina	3 (2 + 1)	7,3
Estado civil	N (n pacientes + n cuidadores)	%
En pareja	35 (25 + 10)	85,4
Soltero o célibe	2 (2 + 0)	4,9
Viudo	1 (0 + 1)	2,4
Divorciado	3 (3 + 0)	7,3
Nº de sesiones	N (n pacientes + n cuidadores)	%
1	19 (14 + 5)	46,3
2	9 (6 + 3)	22
3	9 (6 + 3)	22
4	2 (2 + 0)	4,9
5	2 (2 + 0)	4,9
Cuidador	n cuidadores	%
Pareja	19	63,3
Hijo	3	10
Hermano	2	6,7
Madre o padre	6	20
Fase	n pacientes	%
Estadio 3	10	33,3
Estadio 4	20	66,6
Tratamiento	n pacientes	%
Activo	19	63,3
Paliativo	11	33,3

Conclusión

- ▶ La investigación en estadios avanzados de enfermedad oncológica presenta **dificultades**, como lo muestra el hecho de que **ningún participante pudo completar un programa de 8 semanas**.
- ▶ En este estudio piloto, los participantes del grupo de **apoyo emocional basado en mindfulness mostraron discretas mejorías en distrés emocional** frente al grupo que recibió un apoyo emocional convencional. Estos resultados preliminares alientan a **seguir investigando** en esta línea.

Método

- ▶ **Diseño:** Ensayo aleatorizado con evaluador ciego en pacientes y familiares. Se aplican los siguientes **tratamientos**:

- Grupo control **PAE:** sesiones de 15-20 minutos donde el participante expresa su estado de ánimo, preocupaciones, miedo, angustias, etc.; facilitado mediante estrategias psicoterapéuticas que favorecen la regulación emocional del momento presente.
- Grupo experimental **PAEM:** sesiones semanales de 15-20 minutos donde el participante practica respiración consciente y exploración corporal. Se les entrega un CD con audios de mindfulness para que, además de en las sesiones, practiquen a diario.

- ▶ **Variables:** se estudiaron las diferencias pre-post intervención en las variables distrés emocional, saturación de oxígeno en sangre, frecuencia cardíaca, calidad de vida, atención plena y sobrecarga del cuidador principal.

- ▶ **Instrumentos utilizados:** Termómetro de Distrés Emocional, Quality of Life Questionnaire Core-15, Philadelphia Mindfulness Scale, Escala de Sobrecarga del Cuidador Zarit y Pulsioxímetro

Resultados

- ▶ El grupo **experimental** obtiene mejoras significativas en sus dos primeras sesiones en cuanto al distrés emocional ($p=,001$ y $p=,006$), mientras que el grupo control (PAE) solo lo obtiene en la primera sesión en distrés emocional ($p=,02$) y en frecuencia cardíaca ($p=,001$).
- ▶ Todas estas mejoras se mantienen al realizar el análisis de ambos tratamientos en su **conjunto** y se añade también una mejora en cuanto a la saturación de oxígeno de primera sesión ($p=,031$).
- ▶ Para el resto de variables no se obtuvieron diferencias significativas

Diferencias de medias en medidas fisiológicas y distrés emocional de familiares y pacientes según el grupo de tratamiento y en su conjunto.														
Grupo:		Control - PAE				Experimental - PAEM				Conjunto				
Medida:		Media	n	DT	p	Media	n	DT	p	Media	N	DT	p	
Saturación O2	Sesión 1	Pre	95,77	22	1,34	,085	93,50	18	4,89	,098	94,75	40	3,56	,031
		Post	96,41	22	1,76		95,61	18	2,70		96,05	40	2,24	
	Sesión 2	Pre	95,57	7	1,62	,827	96,60	15	2,97	,344	96,27	22	2,62	,655
		Post	95,86	7	2,854		96,13	15	2,72		96,05	22	2,70	
	Sesión 3	Pre	95,00	2	,01	-	95,60	10	2,06	,496	95,5	12	1,88	,732
		Post	92,50	2	,71		95,90	10	2,02		95,33	12	2,27	
Frec. Cardíaca	Sesión 1	Pre	87,41	22	14,16	,001	81,72	18	15,46	,316	84,85	40	14,85	,001
		Post	76,50	22	17,10		79,67	18	13,26		77,93	40	15,39	
	Sesión 2	Pre	90,43	7	24,84	,383	79,40	15	13,57	,129	82,91	22	18,07	,92
		Post	97,86	7	18,93		75,47	15	15,56		82,59	22	19,44	
	Sesión 3	Pre	75,00	2	21,21	-	77,60	10	13,95	,738	77,17	12	14,19	,313
		Post	95,50	2	7,78		78,40	10	15,27		81,25	12	15,51	
Distrés emoc.	Sesión 1	Pre	5,05	22	2,55	,020	4,21	19	3,17	,001	4,66	41	2,85	<,001
		Post	4,18	22	2,84		2,63	19	2,06		3,46	41	2,60	
	Sesión 2	Pre	4,00	7	2,52	,172	3,07	15	1,98	,006	3,36	22	2,15	,003
		Post	3,71	7	2,29		1,93	15	1,33		2,5	22	1,85	
	Sesión 3	Pre	4,00	2	4,24	-	3,00	11	1,18	,127	3,15	13	1,68	,165
		Post	4,00	2	4,24		2,64	11	1,56		2,85	13	1,95	