



## LA INCLUSIÓN DE LA PSICOLOGÍA EN CUIDADOS PALIATIVOS: EXPERIENCIAS EXITOSAS

Categoría: Pacientes/Adultos

Fecha: 20 de noviembre de 2021.

Lugar de adscripción: Servicio de Cuidados Paliativos del Instituto Nacional de Cancerología.

### **TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO PARA EL ABORDAJE DEL DISTRÉS ESPIRITUAL Y FLEXIBILIDAD PSICOLÓGICA EN UN PACIENTE AL FINAL DE LA VIDA, ATENDIDO EN UN SERVICIO DE CUIDADOS PALIATIVOS: ESTUDIO DE CASO.**

**Autores: Jacqueline del Rocio Olea Castro y Leticia Ascencio Huertas.**

Entre las dificultades que presentan los pacientes con cáncer terminal, está la presencia de síntomas como ansiedad, depresión y falta de aceptación de la enfermedad, así como tendencia a la evitación, generando sufrimiento y alejamiento de la construcción de una vida significativa, aun siendo la última etapa. El presente estudio de caso tuvo como objetivo favorecer, a través de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) los procesos de flexibilidad psicológica y bienestar espiritual en un consultante hombre de 56 años, con diagnóstico de carcinoma epidermoide in situ de canal anal y VIH, atendido en el servicio de Cuidados Paliativos del Instituto Nacional de Cancerología de México.

La ACT, es un tipo de psicoterapia con enfoque conductual contextual transdiagnóstico, que tiene como objetivo favorecer la flexibilidad psicológica, ayudando a responder y adaptarse a circunstancias difíciles, a estar en contacto con el momento presente y a actuar para construir una vida valiosa (Arroll, et. al. 2021; Dochat, et. al., 2021; Huiyuan Li, et. al., 2021; Li, et. al., 2021).

En una revisión sistemática sobre ACT en pacientes con cáncer avanzado (Huiyuan Li y cols., 2021), se encontró que la ACT puede beneficiar la mejora de la depresión, ansiedad, características del sueño y la calidad de vida en esta población; se señala que es indispensable realizar investigaciones con mayor rigurosidad metodológica. Por otro lado, no existe un trabajo donde se haya abordado específicamente la espiritualidad en pacientes en cuidados paliativos con ACT, no obstante, Newell y Lynn (2016) presentan a la ACT como un tipo de psicoterapia espiritualmente integrada y proveen una guía sobre cómo dirigirla. De acuerdo con estos autores, la ACT es adecuada para abordar el distrés espiritual, ya que trabaja con valores, significado, conexión y trascendencia, así como con el compromiso personal con acciones que sirvan a la búsqueda de significado y de valores.

Así, se implementó un protocolo para la observación del beneficio de la ACT en esta población, específicamente para la espiritualidad y la flexibilidad psicológica. En este caso clínico, se llevaron a cabo cinco sesiones de tratamiento y dos de evaluación, que fueron iniciales; de las 7 sesiones, 6 fueron aplicadas en área de hospitalización, la sesión No. 6 fue llevada a cabo en consulta externa.

En la sesión uno, el consultante fue evaluado de forma habitual, realizándose una entrevista inicial y la aplicación de un triage psicológico que consta de diversas pruebas de tamizaje (mini mental Pfeiffer, ESAS 12, termómetro de distrés, APGAR familiar y GES espiritual); también fue aplicado el FACIT-Sp de espiritualidad. Se encontró al consultante con sintomatología depresiva y ansiosa asociada a la evolución de su enfermedad de cáncer y a la percepción de dependencia, con procesos de rumiación sobre posibles escenarios que le podrían ocurrir respecto a sus síntomas, también reportó percepción de adecuado soporte familiar, distrés financiero y espiritual, específicamente del tipo intrapersonal (necesidad de sentido) y transpersonal (desesperanza).

Los objetivos de la segunda sesión fueron obtener un análisis funcional de su comportamiento y la detección de sus valores de vida, los cuales fueron la familia, la independencia, la lucha y Dios; respecto a su análisis funcional, reportó principalmente dos conductas problema, la rumiación y la dificultad para



## LA INCLUSIÓN DE LA PSICOLOGÍA EN CUIDADOS PALIATIVOS: EXPERIENCIAS EXITOSAS

Categoría: Pacientes/Adultos

Fecha: 20 de noviembre de 2021.

Lugar de adscripción: Servicio de Cuidados Paliativos del Instituto Nacional de Cancerología.

dormir asociada a miedo a muerte, comentando que dejaba la luz prendida por lo mismo. En su proceso rumiativo, tenía pensamientos como "qué más va a seguir, ya no soy el que era, bajé mucho de peso, no quiero que me vean así, ya no veo un rumbo en mi vida". Durante esta sesión, el consultante mencionó verse a sí mismo como un "guerrero" (sic pac), lo cual fue retomado en ésta y en sesiones posteriores de tratamiento como metáfora y analogía.

En la tercera sesión, reportó disminución en las dificultades para dormir y mejoría en el estado de ánimo; también comentó notar pensamientos ocasionales como "¿por qué a mi si yo no lo merezco, por qué me pasó todo esto?, tal vez si tomara más medicamento podría quedarme dormido y ya no despertar, así se iría el dolor, después pienso en mis sobrinos y hermana y quiero luchar por ellos" (sic pac). Se favorecieron los procesos de conciencia de valores y de acciones comprometidas, mediante el uso de metáfora y ejercicio experiencial de línea de vida, trabajando también con defusión cognitiva y apertura. Al final de la sesión mencionó con relación a la intervención psicológica "he tenido un cambio de actitud, he aprendido varias cosas, como a valorar que hay gente que te ayuda y que tengo a lo más importante, mi familia" (sic pac).

En la sesión cuatro, el consultante reportó "estoy contento, estaba tan ensimismado; me ha ayudado el ir aceptando las cosas" (sic pac). Reportó tristeza 0/10, nerviosismo 2/10, pérdida de interés en actividades cotidianas 0/10 y miedo 0/10, comentando "ya pude dormir y ya puedo apagar la luz, lo que va a pasar va a pasar" (sic pac). Las técnicas empleadas fueron el refuerzo positivo a los cambios presentados, la metáfora del jardín y ejercicio de atención plena dirigido a gratitud.

Durante la sesión cinco, reportó sentirse tranquilo y contento, comentando planes sobre actividades que realizaría con su familia. Hizo mención sobre estar trabajando en sentir armonía interior, dijo "no sé, ya estoy encontrando fuerza y consuelo en mi fe" (sic pac). Así, se usó la metáfora de la brújula con rosa de los vientos, plasmando las acciones que le acerquen a lo más importante para él, incluyendo la espiritualidad. Al término de esta sesión, previo a que el paciente se fuera de alta, se aplicó nuevamente la prueba de FACIT-sp, donde el consultante puntuó con un alto bienestar espiritual.

En la sesión seis reportó "he estado muy bien, salgo con mi familia a caminar, jugamos juegos de mesa, sólo me sentí triste ayer por algo que pasó con un familiar, de pronto pensé que yo no era tan importante, pero sé que no debo deprimirme porque eso me destruirá, quisiera componerme para poder hacer más cosas" (sic pac). Se usó la metáfora de las olas del mar, facilitando el proceso de apertura a la enfermedad y al cambio, se realizó un ejercicio de atención plena, haciendo énfasis en tener una relación distinta con emociones y pensamientos, resaltando su función. Se comentó la importancia de continuar realizando acciones valiosas en su momento presente, aún con una enfermedad que genera incertidumbre sobre su evolución.

Por último, en la sesión siete, días previos a que el consultante falleciera, comentó "ya hablaron conmigo los médicos, ya entendí que la situación es difícil y que en cualquier momento puedo fallecer, lo único que pido es que el dolor esté controlado" (sic pac). Expresó sentir que puede fallecer en paz, mencionando "tuve la oportunidad de despedirme de mi familia y de mis seres queridos; ya hablé con ellos respecto a lo que quiero, ya arreglé lo que tenía pendiente e incluso hablé con mi hermana sobre qué quiero que haga con un proyecto importante para mí, ya les dije que en mi funeral quiero flores de colores para que haya alegría; ya le dejé una carta a mi sobrina, siento que ya está todo, que ya nada me atora, ahora entiendo que hasta los héroes también caen, pero se pueden ir en paz" (sic pac). Con ello, se cerró con la



## LA INCLUSIÓN DE LA PSICOLOGÍA EN CUIDADOS PALIATIVOS: EXPERIENCIAS EXITOSAS

Categoría: Pacientes/Adultos

Fecha: 20 de noviembre de 2021.

Lugar de adscripción: Servicio de Cuidados Paliativos del Instituto Nacional de Cancerología.

metáfora del guerrero anclándola a trascendencia, terminado con la despedida por parte de la terapeuta mediante palabras de gratitud.

Éste, fue un caso de éxito donde se le acompañó en todo su proceso al consultante, desde su llegada al servicio hasta su fallecimiento, fue un caso de éxito debido a que durante las sesiones se fue observando el cambio en él, en acciones internas y externas, se observa cómo poco a poco se aproximó a la apertura de lo vivido, cambiando su forma de interactuar tanto con pensamientos como con emociones y con su enfermedad, centrándose en lo valioso para él y cumpliendo metas importantes como hablar con su hermana, pasar tiempo con su familia y escribirle a su sobrina, encontrándole sentido a su muerte, solucionando pendientes antes de fallecer y alejándose de la desesperanza, es decir, se acercó a una vida valiosa y aumentó tanto su flexibilidad psicológica como su bienestar espiritual, lo cual se vio plasmado mediante la evaluación clínica en la sesión final y la aplicación del instrumento FACIT-sp.

Por último, uno de los retos enfrentados fue la incertidumbre sobre si en algún momento el consultante podía presentar un deterioro funcional significativo, por lo que cada sesión fue trabajada como si fuera la última. De este modo, los resultados de este caso clínico son consistentes con lo reportado en la literatura que sustenta que la ACT puede ser beneficiosa en esta población, para el bienestar espiritual, la mejora de la depresión y ansiedad, generando mayor apertura y acciones acordes a lo buscado por el paciente, esto es, una mayor flexibilidad psicológica (Huiyuan Li, et. al., 2021; Newell y Lynn, 2016). Se coincide con lo propuesto sobre continuar generando evidencia realizando más estudios con adecuada metodología.

### REFERENCIAS

- Arroll, B., Frischtak, H., Roskvist, R., Mount, V., Sundram, F., Fletcher, S. Kingsford, D., Buttrick, L., Bricker, J. & Werf, B. (2021). FACT effectiveness in primary care; a single visit RCT for depressive symptoms. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 0 (0) 1-12. DOI: 10.1177/00912174211010536
- Dochat, C., Wooldridge, J., Herbert, M., Lee, M. & Afari, N. (2021). Single-session acceptance and commitment therapy (ACT) interventions for patients with chronic health conditions: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 20, 52–69. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.03.003>
- Huiyuan Li, Wong, C., Jin, X., Chen, J. Chong, Y. & Bai, Y. (2021). Effects of Acceptance and Commitment Therapy on health-related outcomes for patients with advanced cancer: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 115, <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.103876>
- Li H, Wu J, Ni Q, Zhang J, Wang Y & He G. (2021). Systematic Review and Meta-Analysis of Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy in Patients With Breast Cancer. *Nurs Res*. 01;70(4):E152-E160. doi: 10.1097/NNR.0000000000000499. PMID: 33492055.
- Newell, S. P. & Lynn, G. T. (2016). Acceptance and Commitment Therapy as a Spiritually Integrated Psychotherapy. *Counseling and values*, (61), pp. 239-254.