

Importancia de la psicología en cuidados paliativos

Importance of psychology in palliative care

Dayana Yvette Díaz Pérez

Correspondencia: dallana26@hotmail.com
Universidad de San Martín de Porres, Perú

Recibido: 20 de octubre de 2024

Aceptado: 05 de diciembre de 2024

Resumen

Los cuidados paliativos corresponden a una serie de acciones orientadas a mejorar la calidad de vida del paciente y de su familia en la que intervienen profesionales de diversas áreas, entre ellos, médicos, enfermeras, técnicos, psicólogos y otros. Se destaca la importancia de la psicología durante este proceso de cuidados paliativos, porque en el abordaje se acompaña a los involucrados en la toma de conciencia, decisiones y otras necesidades, según el caso. En este estudio, el objetivo es analizar la importancia de la participación del psicólogo en el proceso de cuidados paliativos. La metodología es cualitativa con enfoque descriptivo, empleando técnicas de observación *in situ* y entrevistas semiestructuradas. Como conclusión, se establece la importancia de la participación de psicólogos especialistas en cuidados paliativos; de esta manera, se logra un abordaje integral y se aporta con el objetivo de mejorar la calidad de vida en los pacientes y las personas cercanas a él. Asimismo, se recomienda desarrollar programas de formación en esta especialidad para contar con mayor número de profesionales capacitados.

Palabras clave: psicología, intervención psicológica, cuidados paliativos, apoyo emocional, paciente en fase terminal, familia.

Para citar este artículo:

Díaz, D. Y. (2024). Importancia de la psicología en cuidados paliativos. *Actualidad Psicológica*, 2(3), 185-192. <https://cpsplimaycallao.org.pe/revista-actualidad-psicologica/>

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-SA 4.0).



Abstract

Palliative care corresponds to a series of actions aimed at improving the quality of life of the patient and their family in which professionals from various areas intervene, including doctors, nurses, technicians, psychologists and others. The importance of psychology during this palliative care process is highlighted, because the approach accompanies those involved in raising awareness, decisions and other needs, depending on the case. In this study, the objective is to analyze the importance of the psychologist's participation in the palliative care process. The methodology is qualitative with a descriptive approach, using in situ observation techniques and semi-structured interviews. In conclusion, the importance of the participation of psychologists specializing in palliative care is established; In this way, a comprehensive approach is achieved and contributes with the objective of improving the quality of life in patients and those close to them. Likewise, it is recommended to develop training programs in this specialty to have a greater number of trained professionals.

Keywords: psychology, psychological intervention, palliative care, emotional support, terminally ill patient, family.

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020, párr. 1) los cuidados paliativos corresponden a una serie de acciones orientadas a mejorar la calidad de vida de los pacientes «cuando afrontan problemas de orden físico, psicológico, social o espiritual inherentes a una enfermedad potencialmente mortal», pero no solo se circunscribe al propio paciente, sino también a las personas y familia que atraviesan por este proceso con él, acompañándolo, tomando decisiones y asumiendo responsabilidades.

La labor de los profesionales en salud es compleja, por lo que requiere del trabajo de equipos multidisciplinarios, donde la participación del psicólogo es necesaria, ya que no solo se debe atender la salud física, sino también mental o psicológica, proporcionando el apoyo que requiere el

paciente y su familia (OMS, 2020). Como señala Figueredo et al. (2019), los programas de cuidados paliativos, a cargo de profesionales especializados, como médicos, enfermeras, psicólogos, técnicos, asistentes sociales, entre otros, son fundamentales para mejorar la calidad de vida de pacientes con enfermedades crónicas o mortales, quienes deben tener una vida con menos estrés hasta el final de sus días.

En América Latina, es notable la inequidad en los procesos y métodos de atención en cuidados paliativos, dependiendo de muchos factores (Miranda-Chávez et al., 2023). Alrededor de 2.5 millones de personas en la región requieren este tipo de atención, pero únicamente el 1% logra recibirla, hecho lamentable que preocupa a los profesionales especializados. En el Atlas Latinoamericano de Cuidados Paliativos del 2017 se registraron 1562 servicios de cuidados paliativos en toda la región, lo que equivale a solo el 2.6 de servicios por cada millón de habitantes, una cifra considerablemente inferior a las necesidades existentes; en el caso de Uruguay con 24.5 servicios por millón de habitantes y Costa Rica con 14.7 de servicios por millón de habitantes; mientras que Guatemala, Honduras y Perú figuran entre los países con menor cobertura, con solo 0.6 de servicios por millón de habitantes cada uno (Miranda-Chávez et al., 2023). Es decir, millones de personas enfrentan enfermedades crónicas, de larga duración o mortales sin la presencia de profesionales especializados en cuidados paliativos, por ende, tampoco reciben atención psicológica; por lo que se requiere implementar programas especializados para atender a los pacientes que buscan la forma de aliviar su sufrimiento.

Estos programas especializados deben priorizar la expansión de estos servicios: medicamentos, rehabilitación, asesoría psicológica, asesoría social, asistencia en la toma de decisiones, apoyo emocional y espiritual, promoviendo la equidad y garantizando el derecho humano a una atención integral y digna al final de la vida. Es preciso considerar que los pacientes con enfermedades terminales pierden autonomía en sus decisiones, ya que, en la mayoría de casos, conforme se va desarrollando la enfermedad, es el familiar quien toma las decisiones y, casi siempre, se orientan a seguir con el tratamiento para alargar la vida del paciente; es aquí donde la labor del psicólogo es fundamental, para tomar decisiones consensuadas con la familia (Cabrera, 2021).

Es relevante analizar todos los componentes para entenderlo, en ese sentido se justifica este estudio, en la medida que los profesionales que abordan la atención en cuidados paliativos deben ser capaces de identificar las posibles fallas en los programas existentes; pero, principalmente, las necesidades de cada paciente y de los familiares directos, responsables de su cuidado, para proponer nuevos modelos de programas especializados que reduzcan el impacto emocional frente al diagnóstico de la enfermedad y los procesos subsiguientes. Asimismo, la investigación contribuye con información adicional, en el ámbito de la psicología, sobre la eficacia de un programa de atención en cuidados paliativos con el objetivo de optimizar la atención de los pacientes y familiares.

En esta línea de ideas, es necesario integrar los conocimientos psicológicos en los cuidados paliativos, no solo como apoyo directo al paciente, sino también en la asistencia a las familias que afrontan la carga de la propia enfermedad y la incertidumbre de su evolución. La participación de un psicólogo especializado es de vital importancia en los cuidados paliativos, porque a través de la intervención psicológica, se alivia el sufrimiento mental, se mejora la calidad de vida y se fomenta el manejo adecuado del dolor emocional, la ansiedad y la depresión (Reynolds et al., (2022); Williams et al., 2023). Sumado a este trance de sucesos, el psicólogo especializado puede orientar en la toma de decisiones, en el manejo de la correcta información y la preparación para lo inevitable, si fuera el caso, al paciente y a su familia. Es decir, la psicología, no solo actúa sobre el individuo, sino también en el acompañamiento y apoyo a los familiares, brindando estrategias de afrontamiento y fortaleciendo la resiliencia en momentos de vulnerabilidad.

Método

La metodología es cualitativa con enfoque descriptivo, empleando técnicas de observación *in situ* y entrevistas semiestructuradas en pacientes con enfermedad crónicas y a la familia acompañante del paciente que recibe tratamiento del equipo multidisciplinario. Para ello, se seleccionaron 30 participantes: 15 pacientes en cuidados paliativos y 15 profesionales de salud, incluyendo psicólogos, médicos y enfermeros.

Para la recolección de datos se optó por las técnicas de observación, entrevista y encuesta. Los instrumentos son el Cuestionario de satisfacción del paciente, Cuestionario de bienestar psicológico, entrevistas semiestructuradas y guion de observación *in situ*. Aplicados con la finalidad de tener un registro del impacto de las intervenciones psicológicas en la calidad de vida de los pacientes y sus familias durante los cuidados paliativos.

Inicialmente, se revisó la literatura del tema en los últimos años y se hicieron las coordinaciones correspondientes con las autoridades del centro de salud; luego, se efectuaron las entrevistas estructuradas virtuales, respetando la confidencialidad, transcritas a unidades de cuidados paliativos en el hospital del niño de Lima entre 2022 y 2024; posteriormente, se realizó la intervención psicológica en terapias cognitivos conductuales.

Resultados

Los estudios aplicados y analizados demostraron que la intervención psicológica en cuidados paliativos no solo ayuda a aliviar el dolor emocional (en un 40%), también aporta en la aceptación del diagnóstico; lo que conlleva a la tranquilidad del paciente, evidenciado en menor grado de angustia (en 30%), debido al apoyo que se le brinda, lo que logra que no se sienta solo durante este proceso. Un número significativo de pacientes reportó disminuciones en síntomas de depresión y angustia tras recibir acompañamiento psicológico específico, como la terapia cognitivo conductual, terapia de aceptación y compromiso. Conjuntamente, la formación de equipos interdisciplinarios que integran psicólogos formados en el tema demuestra ser efectiva para abordar las necesidades emocionales, tanto de pacientes como de sus familias. Sin embargo, un 50% manifiesta la falta de conciencia sobre los cuidados paliativos.

Discusión

En el ámbito de la medicina, específicamente en la especialidad de oncología, los cuidados paliativos adquieren importancia para todos los involucrados en los procesos de la enfermedad y el tratamiento. Los médicos, enfermeras, técnicas y demás profesionales de las intervenciones y cuidados consideran valiosa la participación de los psicólogos como parte del equipo interdisciplinario para llevar a cabo programas de psicología, tanto para el paciente como para sus seres cercanos, en la medida que esto los ayuda a conocer y comprender los efectos de la enfermedad y el tratamiento en su vida diaria; cómo afrontar una enfermedad de duración prolongada, con sus momentos críticos y de calma; aceptar las limitaciones de la propia medicina y valorar los esfuerzos de los profesionales para lograr la anhelada recuperación o mantenerse estable el mayor tiempo posible; además, si fuera el caso de muerte inevitable, apoyarlos ante la desaparición del familiar enfermo y que no signifique el resquebrajamiento del entorno familiar.

Conflicto de intereses

La autora declara no tener conflictos de intereses con relación a la investigación y redacción de este artículo.

Responsabilidad ética

Se siguieron las pautas de ética profesional en la práctica psicológica durante la investigación; asimismo, se respeta la confidencialidad, no figura nombres de pacientes.

Financiamiento

Se financio con recursos propios de la autora.

Referencias

- Cabrera, M. E., Arévalo, S., & Irigoyen, A. (2021). Cuidados Paliativos, una disciplina que humaniza la práctica médica al final de la vida: Algunos aportes desde la psicología. *Apuntes De Bioética*, 4(1), 122-143. <https://doi.org/10.35383/apuntes.v4i1.608>
- Hernández, M. J., & López, R. (2021). Intervenciones psicológicas en cuidados paliativos: Un enfoque basado en evidencia. *Psicología y Salud*, 31(2), 123-139. <https://doi.org/10.1016/j.medipa.2016.10.004>
- Miranda-Chávez, B., Cruz-Chagua, R., & Taype-Rondan, A. (2023). Cuidados paliativos: definición, importancia y avances en Perú. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 16(2), e1839. <https://cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/rcmhnaaa/article/view/1839/828>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020, 20 de agosto). *Cuidados paliativos*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>
- Reynolds, M., Turner, J., & Sykes, M. (2022). Psychological support in palliative care: Addressing emotional suffering in terminally ill patients. *Journal of Palliative Medicine*, 25(4), 312-319. <https://doi.org/10.1080/jpm.2022.0435876>
- Williams, L., Adams, C., & Hall, T. (2023). The role of psychology in end-of-life care: Integrating mental health support for terminal patients and their families. *Palliative Psychology Review*, 16(2), 112-121. <https://doi.org/10.1016/j.ppr.2023.01.008>

Dayana Yvette Díaz Pérez

Universidad de San Martín de Porres, Perú.

Egresada de la Universidad de San Martín de Porres, Magister en cuidados paliativos de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, segunda especialidad en terapia cognitivo conductual en la Universidad Nacional Federico Villarreal; experiencia profesional en el área clínica, manejo de evaluación, diagnóstico y tratamiento en niños y adolescentes.

Trabaja en el Instituto Nacional de Salud del Niño de Breña en el área de VIH, en el Policlínico Peruano Japonés. Participa en cursos en el Perú y en el extranjero en temas de prevención y promoción de la salud mental. Investigadora secundaria de proyectos de enfermedades infecciosas pediátricas. Docente en la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-3975-3471>

dallana26@hotmail.com