

Intervenciones de enfermería para reducir la ansiedad causada por la quimioterapia

INTRODUCCIÓN

El cáncer es la primera causa de muerte en el mundo y la quimioterapia es uno de los tratamientos más comunes para esta enfermedad.^{1,2} La quimioterapia es capaz de destruir las células cancerosas, pero también puede afectar a las células sanas, causando efectos secundarios.³ Además, puede producir una alteración del estado psicológico causando ansiedad, la cual influye negativamente en la efectividad del tratamiento.⁴



OBJETIVO

Identificación de las intervenciones de enfermería que reducen la ansiedad causada por la quimioterapia.

METODOLOGÍA



CONCLUSIÓN

En resumen, los hallazgos de esta revisión identifican **intervenciones efectivas** para reducir la ansiedad causada por la quimioterapia.

Dado que la ansiedad puede afectar negativamente la efectividad del tratamiento oncológico, es importante medirla antes, durante y después del tratamiento y aplicar **estrategias personalizadas** en las unidades destinadas a ello.

Esto puede **mejorar la experiencia** del tratamiento de los pacientes y los resultados del mismo en el futuro.



RESULTADOS

Intervenciones psicoeducacionales

Sesiones llevadas a cabo antes de la primera sesión de quimioterapia y cuyo objetivo es proporcionar información y apoyo emocional a los pacientes. Se han observado diferentes métodos como, intervenciones verbales y escritas, así como a través de la realidad virtual. Los resultados de los estudios indican que estas intervenciones son efectivas para reducir la ansiedad y mejorar la calidad de vida de los pacientes.^{5,6,7,8}



Técnicas de relajación

Se han identificado diferentes técnicas de que han resultado ser efectivas para reducir la ansiedad causada por la quimioterapia.^{9,10}

- Escuchar una grabación de audio de frases afirmativas como 'merezo ser sanado' o 'amo todos mis sentimientos' y repartirlas.
- Escuchar una grabación de sonidos de la naturaleza.
- Realizar técnicas de respiración abdominal.
- Realizar técnicas relajación muscular.



Intervenciones espirituales

Tanto escuchar una oración cristiana, como el Corán han sido identificadas como terapias efectivas para reducir la ansiedad en pacientes que reciben quimioterapia, según la evidencia científica.^{11,12}



Intervención física

La realización de masajes de espalda antes, durante y después de la quimioterapia reducen significativamente la ansiedad de los pacientes con cancer sometidos a dicho tratamiento.



Los masajes se realizaron en un ambiente tranquilo, utilizando vaselina y diferentes técnicas.¹³

Intervenciones musicales

Se ha demostrado que escuchar música durante 20-30 minutos antes del tratamiento quimioterápico reduce la ansiedad causada por éste.^{11,12}



BIBLIOGRAFÍA

