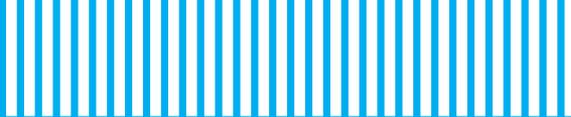


Lic. Magno Aguilar

Resumen

“Utilización del juego de mesa como tratamiento complementario que beneficie el aspecto psicológico de pacientes con cualquier tipo de cáncer, durante el tratamiento de quimioterapia, cuyas edades fluctúan entre los 45 y 55 años” Actualmente la palabra cáncer es sinónimo de muerte. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) esta enfermedad neoplásica es la segunda causa de defunciones en la mayoría de países del mundo; más de la mitad se registran en países desarrollados. Esta es una de las razones que atemoriza a las personas que padecen la enfermedad. Surgen muchas preocupaciones en el paciente que causan problemas en su salud emocional, por eso se dice que el cáncer no solo es una enfermedad física sino que también se trata de una enfermedad psicológica.

Durante las sesiones de quimioterapia y/o radioterapia se genera un desgaste físico y emocional en el paciente. El período en el que éste no recibe la terapia correspondiente es crucial ya que es un tiempo de recuperación física. Cabe resaltar que las defensas del organismo del paciente deben ser óptimas de lo contrario no podrá recibir la siguiente dosis y, por consiguiente, se aplaza el tratamiento. En este lapso el individuo es víctima de los efectos secundarios de la quimioterapia como la caída del cabello, náuseas y vómitos, diarrea o estreñimiento, inapetencia y dolores musculares, quebrantando principalmente su estado anímico. Además, padece distintos niveles de tensión y angustia emocional, tales como: el miedo a la muerte, interrupción de planes de vida, cambio en la imagen corporal y disminución de autoestima, cambios en el estilo de vida, preocupaciones monetarias, entre otras. Según el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN), en el Perú el 70% de pacientes con cáncer sufre de depresión, ansiedad y estrés. Estos factores afectan el sistema inmunológico y vuelven más vulnerable el organismo. Otro de los problemas existentes es que se tiende a descuidar el lado afectivo de la persona durante todo el proceso, ya que primero se analiza el aspecto físico y se trata de descartar los problemas existentes



en el organismo humano para recién abordar el aspecto psicológico. De esta manera, con la ayuda de un tratamiento complementario, se espera mejorar el proceso de recuperación de los pacientes que padecen cáncer. Se diseñará un juego de mesa en base a estímulos visuales como colores que proporcionen una reacción positiva en el paciente. Se utilizará el arte como medio de creatividad en el juego donde el paciente compartirá momentos agradables con su familia y/o amigos ayudándolo en su estado anímico y enriqueciendo su calidad de vida.

Palabras Clave: Cáncer - Quimioterapia - Aspecto Psicológico - Juego de mesa - Integración

Introducción

Una de las enfermedades más atemorizantes del mundo es el cáncer. Esto se debe a que es una de las mayores causas de muerte a nivel mundial, las estadísticas demuestran que la tasa de mortalidad incrementa cada año. La Organización Mundial de la Salud (OMS) revela que en el año 2008 se registraron 7.6 millones de muertes y calcula que 84 millones de personas morirán de cáncer entre el 2005 y 2015, si es que no se toman las medidas necesarias.

En las primeras etapas de la enfermedad no se presenta dolor alguno, incluso se pueden confundir algunas molestias en el organismo con otras enfermedades. Cuando el estadio del cáncer avanza, ocasiona la aparición de tumores benignos o malignos. Si son benignos, es de fácil extracción, sin embargo cuando el tumor es maligno las células cancerígenas se multiplican rápidamente y se extienden por todo el cuerpo, invadiendo órganos adyacentes. Se requiere un tratamiento especial para reducir los tumores malignos, los más comunes son la quimioterapia y radioterapia. Sin embargo, estos tratamientos conllevan a efectos secundarios que generan un desgaste físico y emocional en el paciente. La caída del cabello, náuseas y vómitos, diarrea o estreñimiento, inapetencia y dolores musculares, son las principales secuelas que el paciente experimenta durante las sesiones de quimioterapia. La repercusión de la enfermedad no es solo física sino también psicológica. El presente trabajo no tiene como objetivo curar el cáncer, sino tratarlo de una manera distinta a las terapias existentes. Se propone analizar el lado afectivo de un paciente con cáncer durante el proceso de recuperación, debido que en este lapso la salud emocional suele verse afectada.

Descripción del problema encontrado

Cuando a una persona se le detecta una enfermedad neoplásica¹, reacciona con escepticismo y desesperación. Se emprende una gran batalla, salir victorioso dependerá de la fuerza de voluntad del individuo y el soporte de la familia. El verdadero problema no está en la detección del cáncer, sino en todo el proceso que deriva de la enfermedad. Esto se debe a que se requiere de un tratamiento agresivo para poder reducir y evitar el avance de las células cancerígenas en todo el organismo

¹ En griego significa "nuevo crecimiento". Este término se le atribuye al proceso de multiplicación anormal de células que resultan en la formación de un tumor benigno o maligno.

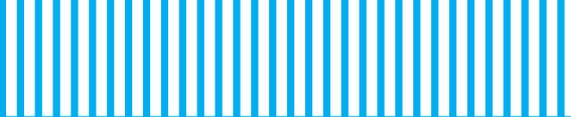
del cuerpo humano. Uno de los tratamientos más aplicados por su efectividad es la quimioterapia, sin embargo como se sabe, ésta destruye las células cancerígenas pero también puede dañar las células normales. Por esta razón, es posible que se presenten efectos secundarios que dependen del tipo de medicamentos que se usen, la cantidad que se administre y la duración del tratamiento. Los efectos secundarios pueden incluir náuseas y vómito, pérdida del apetito, caída de cabello y aparición de llagas en la boca.

Debido a que la quimioterapia puede dañar las células de la médula ósea, es probable que los pacientes presenten bajos leucocitos (glóbulos blancos). Esto da como resultado una mayor probabilidad de sufrir infecciones (debido a una escasez de glóbulos blancos), sangrado o aparición de hematomas después de cortaduras o lesiones leves (debido a una escasez de plaquetas en la sangre), y cansancio (debido a un recuento bajo de glóbulos rojos). Durante el tratamiento los pacientes experimentan tristeza y pesadumbre en forma periódica, esto es normal debido, principalmente, a los cambios físicos que surgen en el cuerpo humano. También, pueden tener problemas para conciliar el sueño, pueden perder el apetito, se sienten angustiados y el futuro se convierte en una preocupación. Por lo general, estos síntomas y miedos van disminuyendo a medida que la persona se adapta al diagnóstico.

Según el Instituto Nacional del Cáncer (E.E.U.U), la depresión afecta del 15% a 25% de los pacientes con cáncer. Durante el tratamiento se padecen distintos niveles de tensión y angustia emocional, tales como: el miedo a la muerte, interrupción de planes de vida, cambio en la imagen corporal y disminución de autoestima, cambios en el estilo de vida, preocupaciones monetarias, entre otras. En el Perú, Según el INEN, el 70% de pacientes con cáncer sufre de depresión, ansiedad y estrés. Estos factores afectan el sistema inmunológico y vuelven más vulnerable el organismo. Una persona que no puede aceptar el diagnóstico durante un largo período de tiempo y que pierde interés por sus actividades diarias puede estar deprimida. Los síntomas leves de depresión pueden ser desconcertantes y es posible mejorarlos con ayuda de otro tipo que refuerce la salud emocional del paciente, en este punto se centra la importancia del proyecto.

Justificación de la investigación

El cáncer genera un impacto no solo para el afectado, sino también para su entorno. No obstante es el enfermo quien recibe las consecuencias físicas de esta dolencia y de su tratamiento, las consecuencias psicológicas afectan también a la familia. Es muy común que una persona con cáncer tenga conflictos emocionales que perjudican el estado anímico de su familia. El temor a la enfermedad está muy relacionado al miedo a la muerte repercutiendo, en consecuencia, en la preocupación del paciente y



su entorno. Esto crea un ambiente incómodo en donde muchas veces se descuidan las actitudes positivas y se cambian por pena y tristeza. Es fundamental ayudar a que el paciente logre desarrollar una capacidad de adaptación a la enfermedad y una actitud positiva para poder enfrentarla y así pueda poseer la fuerza de voluntad necesaria para sobrellevar las secuelas del tratamiento con un mejor estado anímico. De otro lado, la integración familiar jugará un rol muy importante en todo el proceso debido a que es el soporte del paciente en la lucha contra el cáncer. Este proyecto es muy importante ya que tiene como finalidad, mediante un juego de mesa, disminuir todos los factores depresivos y los niveles de tensión y angustia emocional en el paciente, asimismo se busca reducir el impacto emocional que también afecta a la familia y amigos del enfermo.

El juego de mesa se clasifica como un tratamiento complementario, ya que va a completar el ciclo de recuperación en el cual el paciente haya recibido dosis de quimioterapia. Según algunos profesionales especializados en el área de salud mental aseguran que la lúdica es tan importante para la salud y felicidad humana como el amor y el trabajo. Según Garry Landreth (autor del libro *Play therapy: The art of the relationship*) ésta actividad es fundamentalmente divertida y agradable, regula nuestras emociones y alimenta nuestro ego.

El juego de mesa ayudará también a aliviar el aburrimiento y quebrantará el ambiente negativo que suele existir en estas instancias. Brindará beneficios en la habilidad de comunicación y estimulará el pensamiento productivo. Uno de los objetivos de dicho juego será la integración del paciente con su entorno, además se busca una mejora en el estado de ánimo de ambas partes, creando una atmósfera agradable. Cabe resaltar que utilizar un sistema lúdico como herramienta para mejorar el aspecto psicológico tiene muchas ventajas con grandes resultados. Se pueden controlar muchos trastornos mentales como la depresión, la ansiedad, la tristeza, el estrés, entre otros. De tal manera, se está contribuyendo con la recuperación del paciente durante las sesiones de quimioterapia.

Conclusiones

Con este proyecto se espera mejorar la adaptación emocional al tratamiento de una enfermedad que afecta a todos los estratos económicos y que es tan temida por la alta tasa de mortalidad que tiene.

Mediante el diseño de un juego de mesa con estímulos visuales se pretende ayudar al paciente diagnosticado de cáncer a mejorar su capacidad para enfrentarse a la enfermedad y disminuir así la angustia dotándole de un mecanismo que le ayude a sobrellevar mejor los efectos colaterales del tratamiento mejorando, en definitiva, la calidad de vida del paciente y de su entorno familiar.