



CARTA AL EDITOR

La salud mental del cónyuge en el proceso de afrontamiento del cáncer del paciente



The mental health of the spouse in the process of coping with the patient's cancer

Sr. Editor,

En la actualidad, se presenta un incremento en los trastornos de ansiedad en la esfera social, derivado de múltiples factores que abarcan dimensiones sociales, tecnológicas, laborales y medioambientales. Sin embargo, es imperativo dirigir la atención hacia un tema de considerable importancia que con frecuencia es desestimado: la salud mental del cónyuge de un paciente oncológico. Mientras que la enfermedad cancerosa influye de manera drástica en la vida del paciente, la pareja también enfrenta retos emocionales significativos. El cónyuge frecuentemente asume el rol de pilar fundamental en el soporte emocional y físico, lo que puede acarrear una carga emocional sustancial, a menudo sin el debido seguimiento. Esta situación puede suscitar interrogantes tales como: ¿por qué me ocurre esto a mí? ¿Por qué enfrentamos esta situación? ¿Por qué no podemos llevar una vida de pareja convencional, libre de la presencia del cáncer?

Según la OPS¹, se prevé que para 2050 habrá más de 35 millones de nuevos casos de cáncer, un aumento del 77% respecto a los 20 millones estimados para 2022. En la investigación de Sotés Martínez et al.² encontraron que la vigilia constante, el escaso descanso y la falta de recreación deterioran la salud psíquica de los cuidadores, quienes a menudo reciben poco apoyo familiar, salvo el relacionado con necesidades económicas. Por otro lado, Castillo-Zavaleta et al.³ señalaron que algunos pacientes y sus cónyuges recurren a la espiritualidad y la religiosidad para reorganizarse, encontrando en ellas esperanza y fortaleza para enfrentar el cáncer.

El impacto emocional sufrido por el cónyuge es considerable. Frecuentemente, se espera que mantengan una actitud optimista y fortaleza ante la enfermedad del ser querido, mientras lidian con sus propias emociones de angustia, tristeza e incertidumbre. Se establece, entonces, que se convierten en los cuidadores primarios, sometidos a una presión que puede resultar en un agotamiento emocional,

manifestándose en síntomas de ansiedad, depresión y estrés crónico, dado que sienten que deben gestionar todo sin asistencia. La conciliación entre el cuidado del cónyuge y el autocuidado puede resultar extremada y desafiante, con el potencial de culminar en trágicas consecuencias como el suicidio.

Por eso, es muy importante contar con programas de apoyo y asesoramiento a familiares porque son fundamentales y brindan un espacio para compartir experiencias y apoyo emocional. La psicoterapia y los servicios de relevo son herramientas valiosas que pueden ayudar a los cónyuges a controlar el estrés y mantener un equilibrio saludable en sus vidas, y los profesionales de psicooncología desempeñan un papel clave para ayudarlos a determinar la importancia del control y la reducción de riesgos en sus objetivos.

En síntesis, las organizaciones de apoyo y la sociedad en general deben prestar mayor atención a la salud mental de los cónyuges de pacientes con cáncer. Asegurar que estos individuos reciban el apoyo necesario no solo es crucial para su bienestar, sino que también mejora la calidad de vida del paciente. Un enfoque integral y compasivo es fundamental para abordar los desafíos emocionales que enfrentan todos los afectados por el cáncer.

Financiación

No existen fuentes de financiación públicas ni privadas.

Consideraciones éticas

El consentimiento informado no fue requerido, debido a que la información fue obtenida a partir de fuentes secundarias.

Conflicto de intereses

El autor declara que no existe conflicto de intereses.

Bibliografía

1. Organización Panamericana de la Salud. Crece la carga mundial de cáncer en medio de una creciente necesidad de servicios [Internet]. 2024 [consultado 20 Ago 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/1-2-2024-crece-carga-mundial-cancer-medio-creciente-necesidad-servicios>

2. Sotés Martínez JR, Arttime Castillo M, Pérez Borroto GA, Olivera Torres B, Martínez Consuegra L. Enfrentamiento a la muerte por cuidadores informales de pacientes con cáncer en estado terminal. Acta Med Centro [Internet]. 2021;15:591–604 [consultado 20 Ago 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2709-79272021000400591
3. Castillo-Zavaleta SE, Chávez-Cerna DN, Huertas-Angulo F, León-Alayo ML, Valverde-Meza C. Proceso de duelo en pacientes adultos diagnosticados con cáncer. Ene. [Internet]. 2023;17:1454

[consultado 21 Ago 2024]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2023000100009&lng=es

Aldo Medina Gamero

Universidad Tecnológica del Perú, Lima, Perú
Correo electrónico: medrafa222@gmail.com