

CUIDADO Y APOYO:

La Medicina Integrativa al beneficio de las personas con cáncer

Las terapias complementarias se unen a la medicina convencional para tratar los pacientes en todas sus dimensiones y brindarles una mejor experiencia de su proceso.

Cuando a una persona se le diagnostica cáncer no sólo se le está informando que tiene una enfermedad. En ese momento, se produce un cambio en su realidad y la de su familia: surgen temores por el curso de su patología, debe seguir un tratamiento que puede provocar molestias y dolores, quizás no le sea posible continuar realizando sus actividades habituales o tal vez se angustie por problemas económicos.

“Cuando una persona tiene cáncer, se enferma de manera completa”, dice el Dr. Yuri Moscoso, jefe de la Unidad de Medicina Integrativa (UMI) de FALP. “Por eso es necesario un abordaje Integral del paciente oncológico, dándole importancia en su dimensión humana”, agrega.

Así, la Medicina Integrativa es un enfoque del cuidado de la salud que usa conjuntamente terapias complementarias y la medicina convencional de manera coordinada y articulada, logrando con esto optimizar los resultados del proceso terapéutico. Algunos de sus objetivos son acompañar al paciente, darle soporte emocional y controlar los síntomas asociados a su enfermedad.

En el mundo, esta visión de proporcionar cuidado y apoyo, además de tratamiento, ha sido abrazada por prestigiosos centros de atención oncológica, como el MD Anderson y el Memorial Sloan Kettering en Estados Unidos. “En Chile, FALP ha sido pionera en dar a la Medicina Integrativa una estructura sólida, con un organigrama y recursos determinados. Actualmente, la UMI cuenta con 19 profesionales, 3 técnicos y 12 voluntarios. Con la organización adquirida, nos estamos consolidando como un centro de práctica profesional para alumnos de la carrera de Psicología. Y alumnos de la subespecialidad de cuidados paliativos vienen a conocer cómo funciona esta Unidad porque, por su estructura y organización, es la más implementada”, comenta el Dr. Moscoso.

LOS LÍMITES

Las terapias complementarias y el apoyo de profesionales en salud mental y de cuidados paliativos son algunas de las herramientas empleadas por la Medicina Integrativa para lograr el tratamiento integral del paciente. En cuanto a las primeras, hay reglas para que sean consideradas en este esquema.

“Los límites que marcan la utilización de una terapia complementaria son la evidencia científica de sus beneficios, la demostración de que no es dañina y que se use junto a las terapias



Dr. Yuri Moscoso, jefe de la Unidad de Medicina Integrativa (UMI) de FALP.

TERMÓMETRO DEL MALESTAR

“La investigación científica es importante y en la Unidad de Medicina Integrativa de FALP no estamos ajenos a ella. Porque, si bien hay evidencia a nivel mundial, nosotros también debemos generar validación en nuestro propio accionar”, asegura el Dr. Yuri Moscoso.

En ese ámbito, actualmente hay tres estudios en curso, relacionados con la detección de las necesidades espirituales de los pacientes, con su necesidad de información y la evaluación del llamado termómetro de distress o malestar emocional. Este último se utiliza para detectar tempranamente las necesidades psico-socio-espirituales de los pacientes hospitalizados.

“Esta herramienta se aplica al 70% de los pacientes internados en el Instituto Oncológico. Se les presenta el dibujo de un

convencional. Ese es el requisito. Si comienza a usarse sola, deja de ser complementaria y ya no estamos hablando de Medicina Integrativa”, aclara el Dr. Yuri Moscoso.

En FALP se ofrecen arteterapia, musicoterapia, yoga, reiki, Pilates, terapia de flor estilo Okada y terapia depurativa estilo Okada, estas últimas

termómetro con temperaturas que van de 0 a 10. Si la persona marca más de 4, recibirá la visita de un psicólogo antes de 24 horas, que evaluará la razón de su incomodidad. Si es un problema físico, se acude a la Unidad de Cuidados Paliativos; si se debe a un problema social, financiero o con un trámite, por ejemplo, se llama a la asistente social; si es un problema emocional más profundo, se manda a un psicólogo; si está un poco estresado, a lo mejor se beneficia de una terapia de relajación; y si le cuesta expresar lo que siente y necesita otro estímulo, puede ir la arteterapeuta a trabajar con él. Desde ahí, los pacientes son después referidos a la UMI para continuar con algunas sesiones de forma ambulatoria o hacer otra terapia”, cuenta el Dr. Moscoso.

cuatro desarrolladas por un equipo de voluntarios especialistas. “Las prácticas de estilo Okada no tienen el mismo grado de evidencia que las otras, pero son inocuas y, en más de 7.000 atenciones desde hace 9 años, se han ido consolidando por sí solas. Los estudios cualitativos dan cuenta de que los pacientes sienten un beneficio

Terapias Complementarias en FALP

YOGA

1 h 30 min

Practicando distintas posturas corporales y ejercitando la respiración, se aprenden técnicas de concentración y relajación que ayudan a alcanzar un estado de mayor equilibrio y bienestar.

REIKI

1 hora

Técnica que permite rearmar los planos físico, emocional, mental y espiritual, para alcanzar un estado de paz, equilibrio y relajación.

TERAPIA DE FLOR ESTILO OKADA

1 hora

Al realizar un arreglo con flores naturales, se facilita la expresión de las emociones, lo que ayuda a conseguir un estado de tranquilidad, armonía y alegría.

TERAPIA DEPURATIVA ESTILO OKADA

1 hora

Terapia de energía que permite alcanzar un estado de relajación y disminuir la ansiedad y el dolor.

ARTETERAPIA

1 hora | 2 horas

A través de la creación artística, se vive una experiencia transformadora que promueve el bienestar bio-psico-social. No es necesario tener conocimientos de arte.

Individual Grupal Duración



MUSICOTERAPIA, LA MÁS NUEVA EN FALP

Desde noviembre, la Unidad de Medicina Integrativa incorporó a sus terapias complementarias la musicoterapia, reconocida por la Organización Mundial de la Salud como un tratamiento que aporta al binomio salud-enfermedad. Según la Federación Mundial de esta disciplina, se refiere al uso de la música y/o sus elementos (sonido, ritmo, melodía o armonía) para facilitar y promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje y la expresión, con el fin de satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas, mejorando la calidad de vida.

Guiado por la violinista y musicoterapeuta Cecilia Carrere, y utilizando instrumentos como tambores y campanas tibetanas, cada paciente se sumerge en una experiencia terapéutica personal o colectiva, generando un nuevo canal de expresión, aumentando su bienestar y reduciendo procesos propios asociados a su enfermedad, como el estrés, la ansiedad y el dolor.

Además del taller para pacientes, la UMI organizó durante diciembre una serie de presentaciones en el Hall Central del Instituto Oncológico FALP –por ejemplo, con el Quinteto de Vientos de la USACH (en la foto)– para extender la experiencia de la musicoterapia a todo el público que ahí se encuentra.

CAMPOS DE ACCIÓN DE LA MEDICINA INTEGRATIVA

• **FÍSICO FUNCIONAL:** Intervenciones destinadas a manejar los síntomas asociados al cáncer y sus tratamientos (fatiga, alteración del sueño, náuseas, dolor, secuelas físicas y funcionales) y al fomento de estilos de vida y hábitos saludables.

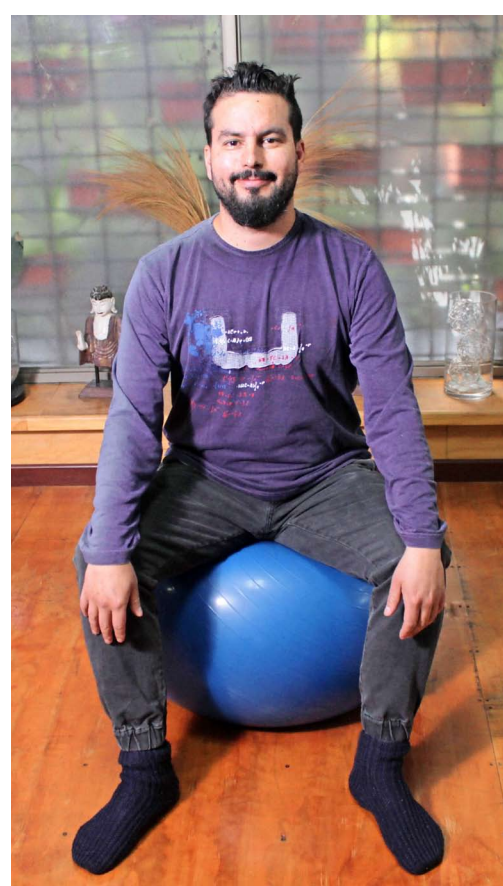
• **PSICOLÓGICO MENTAL:** Terapias que dan apoyo y soporte durante el periodo de adaptación a la nueva

realidad de la enfermedad, que van desde arteterapia y yoga hasta psicología y psiquiatría, según las necesidades del paciente.

• **SOCIAL ECONÓMICO:** Contempla aspectos externos claves que afectan al paciente, principalmente económicos, sociales y familiares, para lo cual existe orientación de una asistente social

en temas de vivienda, redes sociales, beneficios previsionales, etc.

• **ACOMPANAMIENTO ESPIRITUAL:** Apoyo que colabora en alcanzar la paz interior y encontrar un sentido a la experiencia de la enfermedad, tanto para el paciente como la familia, mediante la identificación a tiempo de sus necesidades espirituales.



TESTIMONIO DE RODRIGO ABETT DE LA TORRE:

“Lo realmente importante está al alcance de la mano”

Rodrigo Abett de la Torre realiza desde hace un año un voluntariado como profesor del taller de Pilates que la Unidad de Medicina Integrativa (UMI) pone a disposición de los pacientes de Fundación Arturo López Pérez. Pero su relación con FALP comenzó antes, en 2016. De hecho, la Navidad de ese año la pasó internado en el Instituto Oncológico.

“Imaginate todo lo que implica eso, con hijos chicos. Pero aprendí que lo único que tenía a mano era el presente, hacerme cargo de mi vida estando ahí. No pensando en mi casa, mi trabajo o mi familia. Porque si no quería estar ahí, sufría”, recuerda sobre el proceso que vivió como paciente.

Con 39 años, Rodrigo notó lo que creyó era un quiste sobre la clavícula. No le dio importancia, pero empezó a crecer y ahí se preocupó. “Me hice exámenes en una clínica y me querían operar. No

me dijeron que era cáncer. Me mandaron a FALP a hacerme un PET y ahí me encontré con una amiga doctora que me dijo ‘usted no se puede operar sin saber qué hay’. Eso es súper importante.”

Después de realizarse más estudios, en FALP se le diagnosticó un sarcoma de Ewing/PNET extraóseo encapsulado. “Aquí me comentaron que mi caso era raro, pero que había varios. Antes había ido a cinco clínicas distintas, donde decían que los exámenes estaban malos y no creían que tuviera esa enfermedad porque era muy rara en adultos. Ahí te das cuenta de que a FALP, al ser un centro especializado, llega de todo, desde los casos más comunes a los más extraños.”

Rodrigo enfrentó nueve ciclos de quimioterapia con hospitalizaciones de cinco días cada uno, más tratamiento ambulatorio cada 14 días. Luego fue

operado para extirpar el tumor y se sometió a la mitad restante de ciclos de quimio.

“Fue duro, pero tenía que jugármela. A mí me dieron confianza la experiencia del doctor, los años de FALP y contar con el Convenio Oncológico. Porque yo soy hincha del Convenio, yo creo que gracias a que lo tenía me empecé a mejorar, jaja.”

Comenzó entonces un proceso de “armonización” que Rodrigo hoy comparte en su taller de Pilates, una de las terapias complementarias que ofrece la UMI. “Lo fundamental es que las personas que vienen a clases tengan una experiencia de armonía basada en disfrutar el movimiento. En todo mi proceso lo experimenté conmigo: hacer ejercicios, cuidar la postura, meditar tomando conciencia de la respiración, del presente. Los alumnos llegan a relajarse, a vivir la confianza desde el movimiento.”

Lo anterior, explica Rodrigo, implica también aprender a soltar el control. Su propia vivencia de aquella Navidad hospitalizada en FALP le sirve de ejemplo: “Planifiqué todo para que el tratamiento no coincidiera con las fiestas de fin de año y al final terminé internado igual por una baja inmunológica. Pero aproveché el tiempo descansar y no tener ninguna responsabilidad más que mejorarme. No luché, sino que me armé. Cuando uno está hospitalizado valora tantas cosas: caminar por la calle, estar con la familia, los amigos, lo simple. Que estas fiestas de fin de año nos sirvan para reflexionar que lo realmente importante está al alcance de la mano. Es una conversación, una sonrisa, un consejo, ir a la plaza, lavarte la cara sin pensar que se te va a cortar la sonda. Y todos los días agradecer por el regalo de estar vivo.”