

Estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos

López Aragón Edward Enrique

Diazgranados Ramirez Luis Carlos Elias

Universidad popular del cesar

Facultad de ciencias políticas y sociales

Departamento de psicología

Valledupar-cesar

2023

Estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos

López Aragón Edward Enrique

Diazgranados Ramirez Luis Carlos Elias

Director De trabajo de grado

Linda Lorena Dávila Pérez

Universidad popular del cesar

Facultad de ciencias políticas y sociales

Departamento de psicología

Valledupar-cesar

2023

Dedicatoria

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por darnos fuerzas para continuar en este proceso de obtener uno de nuestros mayores anhelos.

A nuestros padres:(Mi Hermosa e incondicional Madre la mejor del mundo, porque sin ella nada de esto sería Real, mi Alcahueta y patrocinadora oficial, no tienen ni idea ni se imagina cuánto la amo, la respeto y la valoro, porque ella es invaluable como diamante en bruto su amor hacia mi es absoluto. Leticia Rosa Ramírez Ramírez), (Wilmer Enrique López) y (Marinella Aragón reyes). Por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ustedes hemos logrado llegar hasta aquí y convertirnos en lo que somos.

A nuestros hermanos (as) por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas la cual no fue nada fácil.

A todos esos amigos de corazón, las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

Agradecimientos

Los autores expresamos nuestros agradecimientos a:

A los docentes del programa de Psicología, por haber impartido un sinnúmero de conocimientos en nuestro camino a ser profesionales, de manera especial, a la docente Linda Lorena Dávila Pérez por participar en nuestro proceso académico que ha servido de guía con su paciencia y amplio conocimiento como docente y asesora.

A la Universidad Popular del Cesar, por ser nuestro hogar y alma mater que permitió nuestro crecimiento personal y profesional en este largo recorrido.

Tabla de contenido

Dedicatoria	3
Agradecimientos	4
Introducción	6
Objetivos	9
General	9
Específicos	9
Desarrollo teórico	10
Antecedentes	10
Desarrollo temático	16
Estrategias de afrontamiento	16
Paciente oncológico y cuidador oncológico	19
Estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos	21
Tipos de estrategias de afrontamiento	22
Contexto familiar y social de los pacientes oncológicos y sus cuidadores	28
Conclusiones	33
Referencias bibliográficas	36

Introducción

A lo largo del tiempo, se han intentado comprender los diferentes sucesos que atraviesa el individuo cuando está frente a ciertas situaciones que le pueden generar momentos de ansiedad y estrés que son desbordantes y a su vez cada individuo intenta dar un manejo adecuado a través de ciertas estrategias, conocidas como de afrontamiento. Inicialmente esta revisión bibliográfica se le dio un abordaje desde los antecedentes de las categorías de estudio de la psicología.

En concordancia con lo mencionado, dichas estrategias de afrontamiento, hacen referencia a aquellos recursos a nivel cognitivos y comportamentales que el individuo utiliza al momento de afrontar algún tipo de situación, resolver algún problema, eliminar las respuestas emocionales y/o manejar momentos estresantes; estas estrategias permiten un adecuado proceso de adaptación en el entorno y en las dificultades que se presentan en el ambiente social, familiar y personal. Es importante reconocer si estas estrategias tienen un impacto positivo frente al manejo de la situación debido a que en algunas ocasiones puede ser perjudicial para el individuo. (Díaz et. al, 2010)

Uno de esos momentos que puede enfrentar el ser humano a lo largo de su vida es ser diagnosticado con cáncer, proceso que trae un cambio en su vida cotidiana y relación con el entorno, tanto para el paciente como para el cuidador, quien asume un nuevo rol, determinado por el miedo y la incertidumbre, por lo cual es necesario abordar los aspectos

relacionado con la familia, lo social y lo mental de los pacientes y sus cuidadores así como las estrategias de afrontamiento que son necesarias para aceptar los retos que implica su rol como cuidador.

Desde el ámbito de la psicología, cuando se hace referencia a enfermedades graves se tiene como prioridad el estado emocional de las partes involucradas a nivel social y familiar; es decir, paciente y cuidador, puesto que es una situación difícil de asumir y que puede generar una serie de consecuencias negativas como el estrés, depresión y ansiedad; en este sentido, el apoyo psicológico que brinde el cuidador al paciente con cáncer es clave para una eficiente y eficaz recuperación.

Para lo mencionado anteriormente, existe un área de la psicología llamada psicooncología cuyo propósito es estudiar el comportamiento, emociones y actitudes ocasionadas por diagnósticos de cáncer en pacientes y su entorno familiar y social (Camargo & Castañeda, 2019). Pues a partir de su estudio es posible analizar el uso de las estrategias para afrontar dichas situaciones. Cabe agregar que esta rama de la psicología brinda los recursos a nivel mental y social necesarios para afrontar el proceso de tratamiento, pues se integran los aspectos médicos y psicológicos, teniendo en cuenta los factores adversos que puedan darse a lo largo de la enfermedad tanto en pacientes como en sus familias debido a que brinda el apoyo emocional necesario, disminuye el impacto que genera la enfermedad y proporciona estrategias adecuadas para un mejor manejo de la enfermedad y una adecuada comunicación con el equipo médico. (Rudas, 2013)

El papel del cuidador es fundamental, tiene como función principal brindar la atención, compañía y ánimo en aquellos momentos en el que el paciente paliativo no se

sienta bien, ya sea por el tratamiento recibido o por situaciones emocionales que lo invaden. En consideración de lo anterior, los cuidadores de pacientes oncológicos son expuestos a la fatiga física y mental que demanda el cuidado de pacientes paliativos.

A partir de todo lo mencionado anteriormente surge el siguiente interrogante al que se le busca dar respuesta a lo largo de esta monografía que es: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los cuidadores de pacientes oncológicos? por tanto, se plantea como objetivo estudiar las estrategias de afrontamiento en cuidadores de estos pacientes, por medio de una revisión bibliográfica de las categorías de estudio.

Lo anterior es posible con una revisión conceptual amplia de la temática, por lo que se desarrollo bajo un enfoque cualitativo definido como el uso de información descriptiva basada en la interpretación. Este tipo de enfoque utiliza un diseño flexible para entender los fenómenos y la realidad de las comunidades objeto de estudio. De tipo documental debido a que este permite estudiar un fenómeno o problemática a través del análisis, comprensión, crítica y comparación desde las diferentes fuentes de información (Hernández et.al., 2014)

Además, se desarrolló con un diseño bibliográfico definido por Tamayo y Tamayo (2000) como la utilización de datos secundarios, es decir que son realizados por otras personas y llegan a nuestras manos elaborados y procesados acorde a la finalidad de quienes inicialmente los elaboran. Por lo que dicho objetivo principal podrá cumplirse al identificar antecedentes actualizados sobre la unidad temática, sintetizar referentes teóricos (nacional e internacional) y por último detallar herramientas de evaluaciones. Para el logro de estos se optó por realizar una amplia revisión documental para detallar teóricamente la temática de la presente monografía.

El desarrollo de esta investigación desde lo teórico tiene gran importancia pues debe entenderse primero el fenómeno y las diferentes perspectivas de estudio para luego realizar estudios que planteen acciones de mejora en el contexto oncológico. De igual forma, este estudio servirá para brindar una orientación teórica sobre las diferentes aproximaciones realizadas a nivel internacional, nacional y abrir paso a una temática poco estudiada a nivel local, además servirá como derrotero a nivel conceptual sobre la unidad temática desde la psicooncología. Además, este estudio es importante desde el ámbito práctico, pues servirá a los alumnos del programa de psicología y el área de la salud debido a que es una patología considerada como una de las principales causas de muerte en el mundo, permitiendo tener las herramientas conceptuales para fomentar y potenciar las estrategias de afrontamiento en los pacientes oncológicos y sus cuidadores.

De esta manera, es oportuno la realización del presente trabajo monográfico a través de las líneas de trabajo de la psicooncología en consideración que nos permite un abordaje investigativo sobre aquellas cuestiones que afectan la salud física, mental y que generan un deterioro significativo en la persona.

Objetivos

General

Identificar las estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos por medio de una revisión bibliográfica.

Específicos

Describir los tipos de estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos por medio de la revisión de antecedentes y de bibliografía relacionada.

Identificar el contexto social y familiar de los cuidadores oncológicos a través la revisión de estudios relacionados.

Desarrollo teórico

Antecedentes

En este apartado se hace referencia de los estudios realizados previamente sobre la categoría de estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos en diferentes contextos a nivel internacional, nacional y local. En dicho orden de ideas se encontró en el ámbito internacional a Mayorga y Peña (2019) llevaron a cabo un estudio que busco determinar si existen diferencias entre las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida de los cuidadores y pacientes oncológicos en la unidad SOLCA-Tungurahua en Ecuador.

Dicho estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, descriptivo comparativo, contó con la participación de 60 pacientes y cuidadores distribuidos a quienes se les aplico el cuestionario de estrategias de coping y de calidad de vida. Dentro de los principales resultados se determinó que los pacientes presentan mayor puntuación en las dimensiones de búsqueda de apoyo social, religión y autonomía mientras que los cuidadores utilizan mecanismos de evitación para suprimir aquellos sentimientos que se presentan en este tipo de experiencia.

Por su parte, Mesa et. al (2017) realizaron una investigación que permitió realizar un análisis de las principales consecuencias que trae consigo el cuidado de pacientes oncológicos como el estrés crónico que afecta su función cognitiva y psicosocial. Se desarrolló bajo una metodología cualitativa por medio de una revisión bibliográfica en plataformas como PubMed y PsychINFO sobre las consecuencias de la situación de cuidado en pacientes crónicos. Dentro de los principales hallazgos se encontró que la condición misma de cuidador de un paciente oncológico es una situación estresante que trae consecuencias a nivel físico y psicosocial del cuidador, sumado al deterioro en el funcionamiento cognitivo que pueden estar relacionados a diferentes situaciones.

Por su parte, Reyna et. al (2021) llevaron a cabo una investigación que tuvo como premisa principal determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y sobrecarga en cuidadores de pacientes oncológicos. Se desarrolló bajo una metodología cuantitativa de tipo correlacional, se contó con la participación de 93 cuidadores quienes respondieron la escala de sobrecarga y el cuestionario COPE- 28. La aplicación de dichos instrumentos permitió evidenciar que los cuidadores que optan por estrategias que no se adaptan fácilmente tienden a tener sobrecarga en su labor lo que tiene incidencia en su vida social y personal.

Asimismo, Otavalo et. al (2019) llevaron a cabo en Ecuador un estudio que tuvo como objetivo principal examinar la prevalencia de la sobrecarga y estrategias de afrontamiento utilizadas por los cuidadores de pacientes oncológicos pediátricos. Se realizó bajo una metodología cuantitativa en una muestra de 40 cuidadores a quienes se les aplicó el test de respuesta de afrontamiento para adultos. Dicho instrumento arrojó dentro de los principales resultados que los cuidadores de género masculino utilizan de manera frecuente

la estrategia de descarga emocional y la menos utilizada es la solución de problemas. Mientras que, las mujeres suelen utilizar la estrategia de búsqueda de ayuda, soporte y análisis lógico; evidenciándose que los hombres le dan un mejor control a las situaciones de estrés derivadas del cuidado de pacientes oncológicos.

Por otra parte, en la ciudad de México se llevó a cabo un estudio por parte de Valera et. al (2022) que tuvo como objetivo principal determinar el malestar psicosocial que se da en el proceso oncológico por medio del análisis de los niveles de ansiedad y el uso de estrategias de afrontamiento dominantes en cuidadores primarios de menores de edad atendidos en un centro oncológico. Se desarrollo bajo una metodología cuantitativa de tipo descriptivo en una muestra de 42 cuidadores mujeres a quienes se les aplico la escala de ansiedad, cuestionario de afrontamiento al estrés y depresión.

La aplicación de dichos instrumentos permitió determinar que más del 80% registra síntomas de depresión y ansiedad, teniendo como factor particular que al inicio del tratamiento oncológico el malestar se agudiza. Además, se encontró que la estrategia de solución de problemas es la más utilizada junto a la reevaluación positiva. A raíz de los resultados encontrados los autores proponen la creación de protocolos de las fases de la enfermedad de acuerdo a los contextos sociales de los pacientes. A partir de esto los autores proponen que se hace necesaria la implementación de acciones que permitan mejorar las condiciones propias de la labor de los cuidadores.

Por otra parte, a nivel nacional se encontró Agudelo et. al (2021) quienes realizaron una investigación que buscaba interpretar las estrategias de afrontamiento utilizadas por niños con diagnostico oncológico en un rango etario de 6 a 12 años con el fin de incluirlas

en el ámbito psicológico para la aceptación del diagnóstico. El estudio se desarrolló bajo una metodología cualitativa con un diseño hermenéutico-interpretativo el cual se logró por medio de la aplicación de una serie de entrevistas semiestructuradas a los cuidadores de los pacientes oncológicos.

A partir de los hallazgos encontrados los autores concluyeron que las estrategias de afrontamiento más utilizadas se encuentran relacionadas a lo emocional y conductual especialmente por el fortalecimiento del vínculo familiar y la utilización de juegos didácticos para aceptar el tratamiento. Por otro lado, se encontraron estrategias de afrontamiento negativas relacionadas a la depresión, estrés y miedo. Por tanto, los autores proponen realizar actividades motivacionales para sobrellevar los diagnósticos de salud.

Un estudio similar fue realizado en la ciudad de Barranquilla por Vega y Mendoza (2021) cuyo propósito fue determinar las estrategias de afrontamiento que se utilizan frecuentemente por un grupo de cuidadores primarios de paciente oncológicos de un programa en la ciudad de Barranquilla. Se desarrolló bajo una metodología cuantitativa de tipo no experimental. Participaron 20 cuidadores a quienes se les aplicó la escala coping y Zarit. Estos instrumentos arrojaron dentro de sus resultados un puntaje alto en la sobrecarga y en la utilización de estrategias de solución de problemas y la religión.

Por su parte, Velandia et. al (2021) realizaron una investigación sobre las estrategias de afrontamiento sociales, emocionales y psicológicas que utilizan las familias con niños diagnosticados con cáncer, dicho análisis se realizó por medio de un enfoque cualitativo acompañado de una revisión documental. Esto permitió determinar que existen ciertas

estrategias que permiten sobrellevar las dificultades y otras que estancan el acompañamiento familiar cuando existe algún diagnóstico de una enfermedad oncológica.

Algo semejante se realizó en la ciudad de Cúcuta por Pérez y Parra (2019) quienes realizaron su investigación con el fin de describir las estrategias de afrontamiento de cuidadores de niños con cáncer. Se desarrolló bajo una metodología cualitativa con un diseño de estudio de caso de 3 cuidadores primarios de niños a quienes se les aplicaron una serie de entrevistas semiestructuradas e historias de vida lo que permitió determinar que las estrategias de afrontamiento son utilizadas de forma combinada. Entre las que se encuentra la confrontación, solución de conflictos, apoyo social y control emocional con el fin de dar manejo a las emociones generadas por el diagnóstico en los niños.

Díaz et. al (2020) llevaron a cabo una investigación que tuvo como objetivo principal identificar la relación entre el bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en pacientes con la esclerosis lateral amiotrófica en la ciudad de Bogotá. Se desarrolló bajo una metodología cuantitativa de tipo no experimental con un corte transversal. Participaron 15 pacientes diagnosticados con esclerosis a quienes se les aplicó el test de BIEPS y la escala EEC.M para la medición de las estrategias de afrontamiento. Dentro de los principales resultados se encontró que las estrategias más utilizadas en la muestra escogida fueron la solución de problemas, la reevaluación positiva y la búsqueda de apoyo profesional. Por otra parte, los que representan baja puntuación son la reacción agresiva y autonomía.

Por otro lado, Daza & Otero (2019) llevo a cabo un estudio con el propósito de mejorar la calidad de vida por medio de las estrategias de afrontamiento en cuidadores primarios de pacientes con dependencia por padecer de discapacidad se desarrolló bajo una metodología cualitativa con un diseño de IA en una muestra de 6 cuidadores en una IPS, a quienes se les aplicó una serie de entrevistas estructuradas y talleres investigativos. En los principales hallazgos se encontró que es necesario identificar el estado de la calidad de vida de los cuidadores para realizar acciones que permitan fortalecer las estrategias de afrontamiento relacionadas con la depresión, ansiedad, estrés y reacción negativa frente a las situaciones problemáticas.

Un estudio similar fue realizado por Lizarazo et. al (2022) que tuvo como objetivo principal identificar las estrategias de afrontamiento, el nivel de estrés y ansiedad en los cuidadores de niños con carcinoma. Se desarrolló bajo una metodología cualitativa que permitió realizar una revisión literaria. A partir de esto los autores pudieron determinar que es importante el rol que cumple el cuidador en un diagnóstico de enfermedad y que gracias a esto es posible dar una mejor orientación en cuanto a las estrategias de afrontamiento que deben utilizarse para dar manejo a la ansiedad y preocupación. Además, los autores señalan que a nivel nacional se es escasa la información sobre cómo afronta el cuidador el rol de una atención integra.

Castillo & Flórez (2021) llevaron a cabo un estudio cuyo propósito fue establecer el impacto que tienen las estrategias de afrontamiento en pacientes diagnosticadas con cáncer de seno. Se desarrollo bajo una metodología mixta de tipo exploratoria por medio de una revisión bibliográfica en repositorios como Scielo y Dialnet. Dentro de los principales resultados se encontró que la estrategia más utilizada en este tipo de casos es la religiosa.

Además, se evidencian factores estresores relacionados a la falta de garantías en el sistema de salud colombiano ante este tipo de diagnósticos.

Por último, en la búsqueda de estudios realizados a nivel local en la ciudad de Valledupar se pudo determinar que no existen investigaciones publicadas al respecto. Sin embargo, se encontró que la universidad del Área Andina en Valledupar se encuentra liderando por medio de un grupo de investigación un estudio que tiene como propósito determinar las afectaciones psicológicas generadas en el proceso de acompañamiento en estas personas. Esta iniciativa se lleva a cabo teniendo en cuenta que las enfermedades crónicas de larga duración son muy habituales en Colombia y es un problema de salud pública en el cual se desarrollan esfuerzos para que los protocolos estén direccionados al cumplimiento del proceso de evaluación, intervención y seguimiento a los pacientes que la padecen.

Es por ello que esa investigación busca brindar herramientas asertivas a las personas en dicha situación, con el fin de promover una buena salud mental en los cuidadores primarios de los pacientes oncológicos y contribuir en la política pública de salud a nivel local. Por lo anterior, se hace necesario profundizar un poco en la temática para que sirva como base a nivel académico. En definitiva, se hace necesario mencionar la importancia de revisar antecedentes cuando se desarrollan este tipo de estudios monográficos debido a que permiten conocer quiénes han trabajado antes el tema, la metodología utilizada, los instrumentos aplicados y los hallazgos, con el fin de evitar repetición en las temáticas de estudio.

Desarrollo temático

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento hacen referencia a los recursos psicológicos utilizados por el individuo para hacer frente a cualquier situación estresante. Sin embargo, estos no garantizan que se solucionen los conflictos pues en algunas ocasiones se pueden intensificar dichas situaciones de forma negativa. Cabe agregar que según McCubbin et al. (1982) las estrategias de afrontamiento son utilizadas normalmente a nivel individual, sin embargo, también pueden utilizarse desde lo social y familiar. Pues las respuestas emocionales pueden ser dadas en conjunto y a partir de allí se da la capacidad de adaptarse a la situación o modificarla.

Un concepto semejante es propuesto por Lazarus y Folkman (1986) quienes señalan que las estrategias de afrontamiento son aquellos procesos cognitivos y de comportamiento que normalmente son cambiantes los cuales desarrolla el individuo a medida que crece para dar manejo a las demandas externas o internas que son percibidas como superiores en relación a los recursos que posee cada persona.

Por su parte Fleisdechamn & Folkman (1984) señalan que las estrategias de afrontamiento surgen tras el relacionamiento social y con múltiples factores socioculturales de acuerdo al contexto en el que se desenvuelve el sujeto. Por ende, influyen los aspectos personales, situacionales y sociales por lo que es un proceso recíproco entre los individuos. A raíz de dichos aspectos es que las estrategias de afrontamiento son estudiadas desde lo psicosocial pues es necesaria desglosar ciertos aspectos en el desarrollo y conducta del individuo para entender la utilidad de estas.

Es por ello que se hace necesario mencionar las principales teorías que abordan las estrategias de afrontamiento que son la teoría del psicoanálisis que se refiere a aquellos aspectos del inconsciente que motivan el comportamiento y la teoría cognitiva conductual que hace referencia al estudio del comportamiento humano en determinada situación (Fabila et. al, 2009).

- **Teoría del psicoanálisis del ego**

Fue fundada por Sigmund Freud a finales del siglo XIX tiene como premisa principal explicar aquellos aspectos inconscientes que motivan el comportamiento humano, que va desde la niñez y que se ven reflejados en la conducta y emociones del individuo posteriormente. El objetivo del psicoanálisis es traer a la conciencia lo que existe a nivel inconsciente del ser humano (Escalante et. al, 2014).

En este sentido, esta teoría define el afrontamiento según Park & Folkman (1997) como “el conjunto de pensamientos y actos realistas y reflexivos que buscan solucionar los problemas y, por tanto, reducen el estrés” (p. 8). Estos pueden ir orientados desde mecanismos o actos primitivos de acuerdo al problema que se afronte hasta uno más evolucionados, a este concepto diversos autores lo denominan mecanismo de defensa. Es por ello que por medio de las estrategias de afrontamiento el ser humano da un manejo

adecuado al entorno desde un “yo” maduro. Esta teoría se encuentra relacionada con el tema central de este estudio que son las estrategias de afrontamiento pues la toman como aquellas herramientas que permiten la solución de problemas y que desde el psicoanálisis se entiende desde lo individual del “yo”.

- **Teoría cognitiva-conductual**

Los principales precursores de este modelo fueron Watson, Skinner y Bandura que se centró en el estudio del comportamiento humano en determinada situación. Además, señala que los comportamientos son aprendidos de diferentes maneras y puede ser a través de “la propia experiencia, la observación de los demás, procesos de condicionamiento clásico u operante, el lenguaje, entre otros” (Fernández et. al, 2000, p. 10). Esta teoría tiene como premisa principal que lo que provoca la emoción es la manera en que el individuo interpreta los estímulos como reacción emocional ante las diferentes problemáticas que se les presenta.

En definitiva, las estrategias de afrontamiento son una herramienta que permite al individuo valorar las situaciones que se presentan y a partir de los recursos personales, sociales y culturales con los que cuentan puede tener un manejo positivo o negativo. Como lo precisan Lazarus et. al (1986) en la conceptualización del término que, teniendo estas como propósito principal resolver, minimizar o eliminar situaciones problemas por medio de respuestas emocionales adecuadas, es decir, es más importante la solución del problema más que el desarrollo del mismo.

Paciente oncológico y cuidador oncológico

En el caso de estudio se tiene como sujetos a los pacientes oncológicos entendiéndose este último término desde la medicina como un grupo de enfermedades terminales degenerativas mortales o diagnosticadas como cáncer, cuyo índice de mortalidad es muy alto; este tipo de enfermedad tiene mayor complejidad desde su génesis y su control es casi impredecible a pesar de que la ciencia ha realizado múltiples pruebas en búsqueda de un tratamiento adecuado. En otras palabras, un paciente oncológico es aquel sujeto que padece cáncer, una enfermedad que consiste en el crecimiento desordenado de las células de un determinado tejido u órgano. Es multicausal por lo que puede deberse a factores genéticos, ambientales, hormonales y en casos específicos infecciosos (Méderi, 2020).

Ahora bien, este tipo de enfermedad cuyo tratamiento es mucho más complejo debido a la agresividad de los procedimientos trae consigo una serie de aspectos cambiantes a nivel fisiológicos, emocional y mental, siendo este abordado desde la psicología. Sin embargo, este tipo de enfermedades no solo afecta al paciente, sino al ámbito familiar en general, pues se adquiere un rol de cuidador(a). Al respecto Gelvez (2018) manifiesta que son los cuidadores quienes brindan los cuidados médicos y de acompañamiento a sus parientes enfermos, de acuerdo a diferentes estudios realizados a nivel mundial esta población se considera en riesgo por las múltiples responsabilidades que se colocan en ellos, que causan un sentimiento de carga y un elevado nivel de estrés.

Dichos niveles de estrés afectan emocionalmente a los cuidadores y normalmente no reconocen dicha situación. Al respecto, García (2017) señala que es importante que se controlen y se traten estas emociones pues se pueden convertir en reacciones patológicas, es por ello que las familias de los pacientes oncológicos deben entender que estos diagnósticos

son procesos largos que generan un gran desgaste a nivel físico y emocional y hay que dosificar energías, pues es importante la ayuda psicológica y médica de ser necesario.

En ese orden de ideas, se reconoce que es fundamental conocer y monitorear permanentemente el estado de salud físico y mental del cuidador (a) pues de este depende la calidad en la atención brindada a los pacientes. Es por ello que es necesario estudiar las estrategias de afrontamientos utilizadas normalmente por estos. Al respecto, (Mesa et. al, 2017) señalan que por medio de las estrategias de afrontamiento es posible desarrollar de forma práctica las habilidades y acciones requeridas para promover y promocionar estrategias de prevención que permitan la disminución de riesgos emocionales en los pacientes y sus cuidadores; así mismo favorecerá la percepción de calidad de vida y el desarrollo de hábitos saludables, beneficiando directamente a la salud mental tanto en los pacientes oncológicos y el rol de su respectivo cuidador (Achury, 2011)

Estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes oncológicos

Según De Vera (2004) cuando se habla de afrontamiento relacionado al estrés se encuentran los estilos de afrontamiento, que son las predisposiciones personales utilizadas antes las situaciones difíciles siendo estas a quienes orientan hacia las preferencias del individuo del uso de ciertas estrategias ya sea visto desde su estabilidad o contexto situacional. Mientras que, ya el uso literal del término se refiere a los procesos o herramientas utilizadas de acuerdo al contexto pues pueden ser utilizadas de acuerdo a las condiciones que se den en cada momento, teniendo en cuenta que la ocasión moldea la situación.

En este sentido, el individuo a lo largo de su vida puede presentar un sinnúmero de dificultades a nivel personal y físico, siendo estos últimos más frecuentes en la edad avanzada o con patologías particulares. Son aquellas personas diagnosticadas con alguna enfermedad grave o terminal las que tienen presente en su cotidianidad el uso de las estrategias de afrontamiento. Como es el caso de estudio los pacientes oncológicos y sus cuidadores quienes deben llevar a cabo acciones o estrategias a nivel cognitivo y conductual con el fin de “controlar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas e internas que aparecen en la enfermedad y generan estrés” (Halstead et. al, 1993).

Así pues, las estrategias permiten la identificación de aquellos elementos intervinientes en la cotidianidad del paciente y los síntomas derivados de la enfermedad. Actuando además como regulador de las emociones. El uso adecuado del afrontamiento evitará malestares. Es por ello que es vital trabajar en las estrategias de afrontamiento tanto en pacientes como en sus cuidadores (Cassaretto et. al, 2003)

En esa misma línea de ideas, las estrategias de afrontamiento vienen siendo aquellas habilidades personales utilizadas para enfrentar muchas circunstancias y son los que estipulan el uso de algunas estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal y situacional. Al respecto, Lazarus & Folkman (1986) proponen dos modos de afrontamiento uno centrado en el problema y otro en la emoción. Esta categoría de estudio se ha desarrollado en el área de la salud mental y la psicología, las cuales se encuentran relacionadas con el estrés, la solución de problemas y el manejo de las emociones. En cuanto al estrés, estas estrategias son aquellos de recursos y esfuerzos cognitivos y comportamentales dirigidos a resolver el problema, disminuir o eliminar la respuesta emocional o modificar la evaluación inicial de la situación (Lazarus & Folkman, 1986).

Tipos de estrategias de afrontamiento

- **Búsqueda de alternativa**

Este tipo de estrategia se refiere a la utilización de técnicas cognitivas y racionales que buscan dar solución a una determinada situación en el momento adecuado (Palmero & Fernández, 1999). Además, Lazarus & Folkman (1986) señalan que consiste en las intenciones de solucionar directamente la situación problema a través de la búsqueda de alternativas directas, aunque estas puedan ser peligrosas. Por otra parte, la búsqueda de alternativa comprende la evaluación de la situación problema que se presenta, para encontrar la causa y así generar soluciones (Londoño et al., 2006).

En definitiva, la búsqueda de alternativas se entiende como un análisis que realiza el individuo ante una situación estresante a fin de estudiar las características de este, sus causas y las posibles consecuencias con el fin de proponer las posibles soluciones. En cuanto a esta estrategia, se fija con el postulado de Londoño et al., (2006) debido a que los autores incluyen no solo la solución del problema, si no encontrar la causa de este con el fin de aportar una solución más eficaz.

- **Conformismo**

Se refiere a la resignación del sujeto frente al estrés o la situación problema (Londoño et al., 2006) En este sentido, se refiere a cuando el sujeto acepta que el problema está sucediendo, no hace nada para cambiarlo y tendrá que continuar su vida con dicho problema porque ya no hay ninguna oportunidad para cambiarlo. Por otra parte, se puede conceptualizar el conformismo como la actitud de aceptación de un individuo frente a las circunstancias que está atravesando, independientemente de que esta sea dolorosa o de satisfacción (Carver & Connor, 2010).

En ese orden de ideas, el conformismo se entiende como la aceptación negativa del sujeto en torno a la situación problema, pues percibe que no existe solución alguna al respecto por lo que decide tolerarlo.

- **Control emocional**

Según Lazarus & Folkman (1986) hace referencia a los esfuerzos que realizan las personas para tener un control adecuado de sus emociones y sentimientos que surgen como consecuencia a los factores estresantes. Mientras que, para Londoño et al. (2006) se refiere al uso adecuado de las emociones con el fin de manejar este tipo de situaciones basados en lo cognitivo y comportamental. A su vez Gardner (1993) define esta estrategia como la capacidad que tiene el individuo de descubrir cuáles son sus emociones, la causa de estas y como mantenerlas en equilibrio frente a situaciones estresantes o difíciles.

En este sentido, esta estrategia se puede entender como la capacidad de controlar las emociones. Es decir, recapacitar, pensar o reflexionar al momento de dar respuesta a las situaciones difíciles que se presenten.

- **Evitación emocional**

Este tipo de estrategia busca evitar la expresión de emociones, con el fin de que estas no causen desaprobación por parte del entorno. (Londoño et al., 2006). Algo semejante es propuesto por Avia & Vasquez (1998) pues hace referencia a la decisión de ignorar las emociones ocasionadas por una situación, sea esta favorable o desfavorable. A partir de lo expuesto es preciso señalar que los autores concuerdan en que este tipo de estrategia hace referencia a la ocultación de emociones. Por ende, se puede entender la evitación emocional como el intento del individuo de reprimir sus emociones para que estas no sean expresadas.

- **Evitación comportamental**

Según Londoño et. al (2006) se relaciona a las actividades que lleva a cabo el individuo con el fin de distraer o inhibir las emociones que son causadas por situaciones estresantes con el fin de suprimir las emociones provocadas por situaciones estresantes. Por su parte, Fernández (1997) señala que esta estrategia consiste en llevar a cabo actividades que buscan hacer sentir mejor al individuo y relajarse, sin embargo, normalmente son practicas negativas que pueden afectar aún más su salud física y mental.

- **Evitación cognitiva**

Esta estrategia hace referencia al uso de pensamientos distractivos que eliminen aquellos sentimientos de frustración que surgen de alguna situación estresante. Al respecto Lazarus & Folkman (1986) señala que son los intentos de huir del problema evitando pensar todo lo relacionado con este. Se puede entender esta estrategia como los pensamientos distractivos que emplea generalmente la población joven con el fin de inhibir los pensamientos negativos causados por la situación estresante.

- **Reacción agresiva**

Este tipo de estrategia según Londoño et. al (2006) se refiere a la capacidad de expresar la ira resultado de la consecuencia de la frustración ocasionada por la situación problema. Algo semejante plantea Molina y Chinchilla (2011) quienes señalan que se puede comprender como la expresión impulsiva de la emoción de la ira que busca disminuir la carga emocional que presenta el sujeto en un momento determinado.

Por tanto, se entiende esta estrategia como la manifestación de sentimientos negativos que contiene el sujeto a causa de la situación dificultosa que está atravesando, a través de agresiones en diferentes direcciones, añadiendo hacia sí mismo.

- **Expresión emocional abierta**

Se refiere a la expresión de las emociones sin límites con el fin de neutralizar estas ante una situación estresante. Al respecto González et. al (2019) señala que hace referencia a recordar todas esas emociones negativas que emergen de las situaciones y dejarlas salir para poder sobrellevar los eventos que están causando. En este orden de ideas, los autores centran sus ideas es que esta liberación de emociones se da para sobrellevar las situaciones estresantes; idea con la cual concuerda Pérez & Rodríguez, sin embargo, los autores añaden la necesidad de liberar toda la carga emocional con miras de resolver el problema. esta estrategia puede entenderse como la liberación de emociones que resultan como consecuencia de la situación abrumadora que se experimenta.

- **Reevaluación positiva**

Según Lazarus & Folkman (1986) esta estrategia se refiere a la acogida de aquellos aspectos positivos que surgen tras una situación estresante. Mientras que, para Fernández (1997) se refiere a los elementos que surgen desde el optimismo que busca una salida positiva a las situaciones y para Londoño et. al (2006) se relaciona con la búsqueda de aprender de aquellos aspectos que en su momento se consideran negativo considerando lo favorable de las diferentes experiencias. En definitiva, esta estrategia se refiere a la búsqueda de aquellos elementos positivos que resulte como consecuencia de las circunstancias difíciles por las cuales atraviesan los pacientes y como estos aprenden de ellas.

- **Búsqueda de apoyo social**

Esta estrategia se encuentra relacionada con la intención del individuo de sentirse valorado por los seres queridos o con quien se tenga algún vínculo emocional, sin embargo,

para Avía & Vásquez (1998) este tipo de apoyo no siempre es efectivo en situaciones estresantes pues depende de la confianza, motivación y cercanía hacia el otro. En este sentido, esta estrategia se trata de que otras personas tengan conocimiento del problema y les permita recibir ayuda a través de grupos que estén presentando la misma dificultad o que estén dispuestos a apoyar. Entendiéndose, así como la necesidad de recurrir a personas cercanas con el fin de sentir apoyo y comunicar sus emociones, la situación o el problema que se esté presentando, con el fin además de encontrar posibles soluciones.

- **Búsqueda de apoyo profesional**

Hace referencia a la búsqueda de personas externas que conocen como tratar ciertas situaciones problemáticas con el fin de dar un mejor control a estas. Al respecto Frydenberg & Lewis (1997) señala que Esta estrategia, también consiste en buscar la opinión de profesionales en el área, como maestros, psicólogos, sociólogos o a una persona competente que aporten a la solución de los problemas.

Lo ideal es que para que el apoyo profesional sea efectivo se debe tener conocimiento completo de la situación. Por tanto, no debe ser un profesional de cualquier área o disciplina, sino una persona que tenga información sobre el tema; lo anterior concuerda con Frydenberg & Lewis que manifiestan en su teoría que el profesional debe ser competente en el área. En definitiva, el uso de esta estrategia permite obtener una visión más amplia y dar un mejor manejo a las situaciones.

- **Religión**

Se refiere al uso de la ayuda de un ser supremo o superior para solucionar las dificultades; emplean la oración, ayunos, vigiliass y la creencia en la guía de un líder espiritual (Frydenberg & Lewis, 1997). Al respecto Londoño et. al (2006) señala que esta

estrategia se refleja por medio del rezo u oración con el fin de minimizar las emociones negativas que genera la situación problema. Además, puede proporcionar un sentido de vida, un propósito en medio de cada circunstancia, y una sensación de tranquilidad o confianza de que un ser supremo solucionara el acontecimiento (Barraza, 2019).

- **Refrenar el afrontamiento**

Para Lazarus & Folkman (1986) se refiere a diseñar un plan de acción para dar solución a la situación problemática. Además, Valadez et. al (2019) señala que se puede comprender como una estrategia basada en la reflexión, en la que se realizan actividades que implican planificación y análisis acerca de las circunstancias difíciles que se están presentando. Así mismo, permite conocer el problema desde diferentes puntos de vista para luego evaluar las diferentes soluciones y escoger la mejor, todo esto antes de enfrentar directamente el problema (Londoño et al., 2006).

Por tanto, se puede comprender esta estrategia como una de análisis y evaluación de la situación por parte de los cuidadores y pacientes antes de enfrentar la situación problema.

- **Espera**

En cuanto a esta estrategia se refiere a la creencia que tiene el sujeto de que los problemas se solucionan de forma automática con el transcurrir del tiempo por lo que se debe tener paciencia y una actitud positiva al respecto (Fernández, 1997). Por su parte Valadez et. al (2019) señala que se refiere a cuando el individuo espera que pase un tiempo que el mismo considera necesario, y así escoger un momento adecuado para hacer frente a la situación, esto con el fin de no tomar una decisión errónea o acelerada.

Para finalizar se puede entender esta estrategia como la decisión de dejar en manos del tiempo la solución del problema, asumiendo así que las situaciones estresantes son eliminadas no con acciones si no con el paso del tiempo.

Contexto familiar y social de los pacientes oncológicos y sus cuidadores

La familia puede ser entendida como “aquel sistema donde se dan las principales interacciones humanas que constituye un conjunto integrado del individuo y personas con algún vínculo sanguíneo, teniendo como base los procesos comunicativos entendiéndose como un proceso dinámico y permanente que permite expresar necesidades, metas y sueños donde se encamina hacia el bienestar familiar” (Aguilar, 1998 p. 5). si bien los padres son los encargados de mantener una armonía familiar, todos sus miembros deben convivir y desarrollar sus relaciones interpersonales de acuerdo a su rol.

La familia es el primer espacio en el que el individuo se desarrolla a nivel cognitivo y social, por esta razón, es el primer agente socializador que constituye el eje fundamental en la formación inicial de normas y roles que se proyectan en el niño, por tanto, el tipo de procedimientos que se establecen para su cumplimiento pueden variar según el contexto social y cultural, que es a lo que se conoce como estilos de crianza; por medio del cual los padres de familia practican sus labores de cuidado y socialización para una adecuada crianza desde la infancia.

Lo anterior se refleja hasta la etapa de crecimiento del individuo. Por ende, se considera a la familia como el principal apoyo en momentos de dificultad de algún miembro, como es el caso de la presencia o diagnóstico de algún tipo de enfermedad; pues normalmente se asumen roles de cuidadores, especialmente en diagnósticos terminales

como en el caso de este estudio, es decir, los pacientes oncológicos (Moreira & Turrini, 2011)

Al respecto, López et. al (2021) señala que las familias que tienen algún paciente oncológico que requiere que se asuman roles de cuidadores, estos muestran alteraciones en sus necesidades básicas relacionado con lo biológico, social y espiritual. A raíz de esto, los autores señalan la importancia de un acompañamiento humanitario y psicosocial para el cuidador quien de igual forma requiere ciertos cuidados.

Avanzando en el tema, las relaciones familiares pueden experimentar cambios en los roles, las responsabilidades y las necesidades a nivel emocional y física. Al respecto, la clínica oncología americana (2021) señalan que una estrategia para dar un manejo adecuado a este tipo de situaciones son una comunicación bidireccional adecuada lo que permite un mejor proceso de adaptación ante los cambios que se producen a lo largo del tratamiento. Ante esto, es importante mencionar que en muchos casos los cuidadores son quienes asumen un rol controlador lo cual genera una serie de factores estresantes que pueden causar efectos adversos en su salud física y mental.

Algo semejante fue expuesto por Ospina (2000) quien señala que el impacto familiar que genera un diagnóstico de enfermedades terminales depende de diversos factores tales como la composición de la familia, el papel del enfermo, el nivel de acercamiento o vínculo con cada integrante y los niveles de comunicación que se establecen en el desarrollo de la enfermedad.

Es así que el rol del cuidador puede entenderse según Dwyer et. al (1994) como aquel individuo que se encarga “ya sea por su propia cuenta o por tarea, de la atención y vigilancia de otro individuo en cualquier etapa ya sea niño, adulto o adulto mayor que se

encuentre convaleciente, o en condición de dependencia. El cuidador, como se comprende en materia de dependencia, es aquella que facilita gran parte de las actividades cotidianas del paciente y que complementa la ausencia de autonomía incluyendo aspectos como alimentación, movilidad, limpieza y demás.

Dichas actividades pueden traer consigo unos efectos negativos en los cuidadores tales como desgaste físico y agotamiento a nivel psicológico tras un proceso de dedicación completa hacia alguien dependiente; a esto se le conoce como el síndrome del cuidador. Mientras que, desde un enfoque antropológico el cuidador de un paciente se refiere a “aquella persona que asiste o cuida a otra afectada de cualquier tipo de discapacidad, minusvalía o incapacidad que le dificulta o impide el desarrollo normal de sus actividades vitales o de sus relaciones sociales” (Ruiz & Nava, 2010)

El cuidado a otro individuo es una actividad o situación que gran parte de los individuos experimentan, y cada una es única pues interfieren diversos aspectos del contexto que hace la diferencia de cuidador a cuidador, pues se encuentran implícitas las razones del cuidado, la relación previa, las causas, tipos de tratamiento y el grado de dependencia familiar. Aquí juega un papel fundamental las exigencias de la enfermedad y de los pacientes pues estos factores intervienen en la calidad de vida de todos los actores involucrados.

Mientras que, a nivel social según López (2021) se develan una serie de cambios en la vida del cuidador y del paciente oncológico que son estrés, ansiedad, sobrecarga del cuidador, labores del hogar, preocupaciones y evitación emocional; todo esto influyendo en el desarrollo social y personal que implica una serie de aspectos psicológicos ya mencionados.

Al respecto, American Society of Clinical Oncology (2021) señala que las enfermedades oncológicas influyen en las relaciones interpersonales ampliamente de acuerdo al relacionamiento del paciente con sus familiares y amigos, dependiendo principalmente de los tipos de comunicación y de las estrategias de afrontamiento utilizadas para afrontar las dificultades. En este sentido, es importante observar el manejo que se le da a los momentos de crisis, planificación y alternativas de solución.

Cabe agregar que según Ospina (2000) existen ciertas relaciones de amistad que suelen ser fracturadas por un diagnóstico oncológico pues las reacciones de estos pueden ser de evitación agresiva e incomodidad. Puesto que normalmente el paciente oncológico en su comunicación siempre incluye los síntomas o cambios que ha traído en su vida dicha enfermedad ya sea como medio para expresar sus sentimientos. También está el caso cuando el paciente no quiere hablar sobre el cáncer. A veces, el paciente oncológico prefiere hablar de otras cosas o simplemente reírse con sus amigos; centrarse en cosas que le gustan o que le proporcionan una sensación de calma puede ser importante para su bienestar (American Society of Clinical Oncology, 2021).

Conclusiones

Las estrategias de afrontamiento son utilizadas en múltiples esferas de la vida del individuo y su estudio ha cobrado vigencia desde el ámbito de la salud y la psicología debido a que es la herramienta más utilizada ante la solución de las situaciones que se enfrenta cada persona día a día, en el caso de estudio los pacientes oncológicos y sus cuidadores debido a que es una situación que cambia el contexto y su realidad; por tanto, es vital reconocer la manera en cómo responden al proceso de diagnóstico y tratamiento. Aquí es donde juega un papel fundamental el uso de las estrategias de afrontamiento. Sin embargo, estas pueden tener una connotación positiva o negativa de acuerdo a las actividades o métodos utilizados.

En el caso de este estudio se pudo determinar que las estrategias de afrontamiento son utilizadas con frecuencias a lo largo del tratamiento de la enfermedad tanto en los pacientes como en sus cuidadores teniendo en cuenta los factores de riesgo a los que se exponen los cuidadores por el estrés y ansiedad que puede afectar su salud mental. Del mismo modo, se evidencia la necesidad de la psicología para mitigar y anticiparse dichas situaciones de forma más eficiente y que ocasione la menor afectación posible.

Para disminuir la afectación de los cuidadores estos suelen utilizar algunas estrategias positivas que permiten lidiar con la problemática o factor de estrés. En este sentido, de acuerdo a la revisión de la literatura se pudo determinar que las estrategias más utilizadas son la búsqueda de apoyo social, espera, religión, evitación emocional, de apoyo profesional, reacción agresiva y negación.

Otro de los aspectos para destacar de esta monografía es que las estrategias de afrontamiento se encuentran relacionadas al comportamiento del individuo y que pueden variar de acuerdo a las demandas del contexto. Es por ello que a lo largo del estudio se presentan las diferentes conceptualizaciones desde el contexto psicosocial, abordando las teorías que se encuentran al respecto, tales como el psicoanálisis y desde lo cognitivo.

La teoría del psicoanálisis del ego fue propuesta por Sigmund Freud se basa en explicar aquellos aspectos inconscientes que motivan el comportamiento humano, que va desde la niñez y que se ven reflejados en la conducta y emociones del individuo posteriormente. Mientras que la teoría cognitiva conductual propuesta por Watson, Skinner y Bandura que hace referencia al comportamiento humano en determinada situación. Dichas conductas son aprendidas de diferentes maneras y puede ser mediante la observación y experiencia.

Si bien, estas teorías abordan la conducta y las emociones en el desarrollo del individuo estas permiten entender que a partir de esto se preparan ante las situaciones que se presenten ya sea desde un afrontamiento o la negación. Allí radica su importancia pues el comportamiento humano varía de acuerdo al contexto personal y social, que permite la construcción de estrategias o herramientas que le permitan un adecuado desenvolvimiento

A partir de esto se pudo determinar que existen múltiples estrategias de afrontamiento que permite dar solución a las situaciones problemáticas que vive el ser humano. Sin embargo, a lo largo de este estudio fue dar respuesta a uno de los objetivos de este estudio, lográndose determinar que las estrategias más utilizadas por parte de los cuidadores de pacientes oncológicos son la búsqueda de apoyo social, espera, religión, evitación emocional, de apoyo profesional, reacción agresiva y negación.

Si bien es cierto dichas estrategias pueden estar relacionadas a la búsqueda de apoyo de otras personas como de negación por la necesidad de suprimir las emociones adyacente del tratamiento y de las demandas que desbordan a los cuidadores en el tratamiento que acompañan, pues por medio de estas buscan reducir el impacto que producen los factores estresores relacionados con la carga del cuidador pues permite además una adaptación de sus funciones y del deterioro de su paciente que generalmente guarda un vínculo familiar.

También es cierto que, ante la presencia de sobrecarga ante este tipo de situaciones, los cuidadores tienen como necesidad utilizar las estrategias de afrontamiento como una forma de estabilizar y sobrellevar aquellos momentos de estrés, siendo un fenómeno dinámico y cambiante, en el que se usan recursos personales y sociales para una respuesta emocional adecuada siendo el factor principal la planificación para un control acertado del tratamiento.

Para finalizar, este estudio permite conocer más a fondo las diferentes nociones que existen desde la psicología sobre las estrategias para afrontar una patología asociada a la oncología tanto en pacientes y sus cuidadores mostrándose muchos aspectos por profundizar tales como el aspecto familiar y emocional. En definitiva, es necesario que el profesional psicosocial tome acciones frente a la atención que requieren no solo los pacientes si no sus cuidadores quienes al no ser quienes vivan de primera mano el tratamiento, sufren unas afectaciones físicas y mentales que es necesario una adecuada identificación para una vida en armonía y de calidad.

Referencias bibliográficas

Achury, D., Castaño Riaño, H., Gómez Rubiano, L., & Guevara Rodriguez, N. (2011). Calidad de vida de los cuidadores de pacientes con enfermedades crónicas con parcial dependencia.

Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145221282007>

Agudelo Palacio, L. M., Aguirre Bedoya, S. M., Álzate Rios, S. L., & Guerra Caro, Y. (2021).

Estrategias de afrontamiento emocional y conductual que emplean los niños de 6 A 12 años durante el tratamiento oncológico.

Aguilar, A. & Nina (1998). Amartya Sen y el estudio de la desigualdad económica y la pobreza monetaria. Colombia: 1978-1997. *Cuadernos de economía*, 17(29), 211-233.

American Society of Clinical Oncology. (2021, 09). *De qué manera el cáncer afecta la vida familiar*. Cancer.Net. Retrieved October, 2022.

- Avia & Vasquez C. (1998) Optimismo inteligente *Psicología de las emociones positivas*.
- Camargo Barrero, J. A., & Castañeda Polanco, J. G. (2019). *Psicooncología: Conceptos, factores de riesgo y características psicológicas relacionadas con el diagnóstico y tratamiento del cáncer a lo largo del ciclo vital*. Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de psicología*, 21(2), 363-392.
- Castillo Castaño, M. A., & Flórez Ramírez, C. M. (2021). Estrategias de afrontamiento adoptadas ante cáncer de seno presente en mujeres diagnosticadas en Colombia.
- Daza Alvernia, C. V., & Otero De Oro, G. C. (2019). Estrategias de afrontamiento para mejorar la calidad de vida en cuidadores primarios de pacientes en condición de discapacidad que generen dependencia.
- De Vera Estévez, M. d. (2004). Los Moldes de la Mente-Psicología del pensamiento y de las emociones. Obtenido de La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus Y los moldes cognitivos: <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>
- Díaz Cobos, D., Pineda Lozano, L. J., & Acero Carrillo, K. D. Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en pacientes con la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) en Bogotá.
- Díaz, C. A. G., Luna, A., Dávila, A., & Salgado, M. J. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia: avances de la disciplina*, 4(1), 63-70.
- Dwyer L, Jankowski. Reciprocity elder satisfaction and caregivers stress and burden. *Journal of Marriage and the Family*. 56 (1): 35-43.

- Escalante, H., Orozco Guzman, M., López Peñaloza, J., & Sigales Ruiz, S. R. (2014). Condiciones violentas de duelo y pérdida: un enfoque psicoanalítico. *Pensamiento psicológico*, 12(2), 79-95.
- Fabila, L. J., & Montaña, A. H. (2022). Intervención cognitivo-conductual en el duelo complicado: un estudio de caso. *Psychology*, Artículo-e10.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1997). Coping with Stresses and Concerns during Adolescence: A Longitudinal Study.
- García-Rueda, N. (2017). La experiencia de vivir con cáncer en fase avanzada: Una aproximación desde la fenomenología de la práctica.
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. Basic books.
- Gelvez-Lora, M., Medina-Camacho, M., Povea-Cañas, A., Rolong-Pico, D., Vega-Lizcano, M., & Vizcaíno-Figueroa, L. (2018). Calidad de vida relacionada con la salud y síntomas músculo esqueléticos en cuidadores formales en centros geriátricos y residencia habitual de los adultos mayores.
- González, I. (2019). Comunicación entre padres e hijos y su influencia en el desarrollo emocional de los Niños de 4 a 6 años de edad en la comunidad de Dagar.
- Halstead, M., Bennett S. y Cunningham, W. (1993). Measuring coping in adolescents: An application of the ways of coping checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22 (3), 337- 344.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta edición (pág. 6). México: Punta Santa fe.

Instituto Nacional del Cáncer. (2015). Obtenido de NIH:

<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/naturaleza/que-es>

Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas. Nueva York: Martínez Roca.

Lizarazo Serrano, N., Paéz Castro, Y. J., Corzo Mayorga, Y. P., & Celis Arenas, E. G. (2022). Afrontamiento, estrés y ansiedad en los cuidadores de niños diagnosticados con cáncer.

Londoño, N. H., Henao López, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas psychologica*, 5(2), 327-350.

McCubbin H., Cauble, E. & Patterson, J. (1982). Family stress, coping, and social support. Springfield. Thomas Publisher.

Mayorga-Lascano, M., & Peñaherrera-Ron, A. (2019). Estrategias de Afrontamiento y Calidad de Vida en Pacientes Oncológicos y Cuidadores Primarios. *Revista Griot*, 12(1), 16–30.
Recuperado a partir de <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/16986>

Méderi. (2020). *Paciente oncológico*. Méderi. Retrieved 2022, from <https://www.mederi.com.co/sites/default/files/2020/Cartilla%20Oncologica.pdf>

Mesa, Patricia; Ramos Marta & Redolat Rosa (2017) Cuidado de pacientes oncológicos: una revisión sobre el impacto de la situación de estrés crónico y su relación con la personalidad del cuidador y otras variables moduladoras.

- Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista costarricense de Psicología*, 30(45-46), 17-33.
- Moreira de Souza, R., & Turrini, R. (2011). Paciente oncológico terminal: sobrecarga do cuidador. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v10n22/administracion2.pdf>.
- Ospina Velasco, A. M. (2000) Apoyo al paciente terminal y la familia: Acción profesional desde el trabajo social. Cali, Colombia, Ciudad Universitaria Melendez.
- Otavalo Quizhpi, M. F., & Banegas León, K. J. (2019). *Prevalencia del Síndrome de Sobrecarga y las estrategias de afrontamiento en los cuidadores primarios de pacientes oncológicos pediátricos en el Centro de acogida para niños con cáncer "EMAUS"* (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).
- Perez, Á., Yanina, M., & Parra Rodriguez, M. D. (2019). Estrategias de afrontamiento en cuidadores primarios de niños (as) con cáncer de la fundación soñar en la ciudad de Cúcuta.
- Reyna García, P. D. (2021). El síndrome de sobrecarga y las estrategias de afrontamiento en cuidadores principales de pacientes oncológicos pediátricos.
- Ruda, S. L. (2013). Memorias de las jornadas de psicooncología 2009-2012.
- Ruiz AE, Nava MG. Cuidadores: responsabilidades-obligaciones. *Enf Neurol*. 2012 [acceso: 14/07/2017];11(3):163-9.
- Vega Castro, M. G., & Mendoza Guavabe, Y. G. (2021). Estrategias de afrontamiento en cuidadores primarios de paciente oncológico del programa contigo de la ciudad de Barranquilla.

Vega Angarita, O., Ovallos Lizcano, F., & Velásquez Ardila, N. (2012). Sobrecarga de los cuidadores de pacientes oncológicos usuarios de la Clínica Cancerológica, en San José de Cúcuta.

Velandia Díaz, B. M., Guevara Sánchez, Z. Y., & Morillo Herrera, S. (2021). Estrategias de afrontamiento sociales, emocionales y psicológicas que utilizan las familias con niños diagnosticados con cáncer.