

Títular: ¿Beneficios del Mindfulness? Un gran reto por descubrir.

Referència bibliogràfica:

Milbury K, Li Y, Durrani S, Liao Z, Tsao AS, Carmack C, Cohen L, Bruera E. A Mindfulness-Based Intervention as a Supportive Care Strategy for Patients with Metastatic Non-Small Cell Lung Cancer and Their Spouses: Results of a Three-Arm Pilot Randomized Controlled Trial. Oncologist, 2020 Nov;25(11):e1794-e1802.

Enllaç: doi: 10.1634/theoncologist.2020-0125. Epub 2020 Aug 17.

Data de publicació: Novembre 2020

Rellevància a criteri del revisor:

Debido al mal pronóstico que en ocasiones presenta el cáncer de pulmón metastásico, habitualmente genera distrés emocional tanto al paciente como al cuidador principal con necesidad frecuente de atención espiritual. Existen estudios demostrando que el yoga y la meditación mejoran el estado de ánimo y bienestar espiritual en los pacientes que padecen cáncer.

Este artículo nos expone una prueba piloto realizada a pacientes con cáncer de pulmón metastásico y sus cuidadores informales. Las tres intervenciones que se describen son: la meditación en pareja (CBM), apoyo expresivo (SE) y cuidado habitual que se estaba realizando (UC). Participantes en el grupo CBM sintieron mayor beneficio comparándolo con el grupo SE. Los resultados preliminares sugieren que la intervención basada en Mindfulness presenta beneficios con respecto al apoyo y las emociones en pacientes que están padeciendo un proceso oncológico.

Què aporta?

Cada vez con más frecuencia, encontramos estudios científicos donde se observan los beneficios de terapias no farmacológicas cuyo objetivo son el bienestar de la persona y una atención holística.

Continuemos por este camino y ofrezcamos evidencia en este ámbito que tanto tiene que aportar en los cuidados paliativos.

Revisora: Jennifer Malumbres. Enfermera PADES Delta del Llobregat