

# CONTINUIDAD DE CUIDADOS EN LAS ENFERMEDADES SOMÁTICAS CRÓNICAS

Inés Bello Pombo, Ángela Lorente Murcia , Yolanda Blaya Sánchez , Trinidad Ortuño Campillo, Silvia Bravo Gómez, Mercedes Rocío Raposo Hernández , Josefa Belén Murcia Liarte, José Antonio Ortega Fernández, Aida Navarro Hernández , María Jesús Jiménez Moreno  
(Hospital General Universitario Santa Lucía, Cartagena, Región de Murcia)

- **INTRODUCCIÓN:** Las enfermedades orgánicas pueden generar un gran malestar físico y psicológico provocando cambios en el estilo de vida a nivel familiar, laboral y personal. La relación de los pacientes con el medio y con ellos mismos cambia y es necesario proporcionarles las estrategias pertinentes para lograr una adaptación óptima a su nueva realidad. Para ello se presenta un Programa Piloto de Tratamiento Psicológico Grupal para la Enfermedad de Crohn realizado por Psicología Clínica en el Hospital General Universitario Santa Lucía de Cartagena.
- **OBJETIVOS:** Los objetivos del tratamiento son: conocer las características de la enfermedad; mantenimiento de estilos de vida saludables; aprender estrategias de afrontamiento con el objeto de mejorar el control de algunos síntomas y fomentar una mejor adaptación a la enfermedad y lograr la aceptación de la enfermedad.
- **MÉTODO:** Se realiza una intervención grupal de corte cognitivo-conductual de frecuencia semanal durante ocho semanas y de dos horas de duración cada sesión, dirigida a pacientes adultos con diagnóstico de Enfermedad de Crohn que presentan una sintomatología ansioso-depresiva. Inician el tratamiento 5 pacientes y finalizan el tratamiento 4. Las técnicas empleadas se concretan en:
  - Psicoeducación
  - Relajación
  - Reestructuración cognitiva
  - Técnicas de afrontamiento y autocuidado
  - Aceptación de la enfermedad
  - Planteamiento de la persona desde una perspectiva holística resaltando la unión mente-cuerpo.
- **RESULTADOS:** Al ser un programa piloto se presentan resultados cualitativos: alta satisfacción de los pacientes con el tratamiento; percepción de la utilidad del mismo y de los contenidos abordados; realización de cambios (disminución o supresión del consumo de tabaco, disminución de la ansiedad y síntomas depresivos, mejora en la calidad de vida...) lo que permite a los pacientes tener un mejor afrontamiento de las situaciones estresantes diarias y una mejor adaptación a la enfermedad.
- **CONCLUSIONES:** Se propone continuar los programas psicológicos para el tratamiento de enfermedades somáticas crónicas en Atención Primaria, para lograr una mayor cobertura psicológica y proporcionar la continuidad de cuidados tan relevante en estos casos, logrando así una mejor calidad de vida. De esta manera la intervención podría ser realizada ante cambios vitales estresantes y también podría incluir a la familia, provocando una mayor red de apoyo social y contención emocional para estos pacientes. Se propone que sea nuevamente un programa breve y centrado en la adaptación a los cambios.