

EL CUIDADO ESTÉTICO Y SOLIDARIO DE LA PIEL DURANTE LOS TRATAMIENTOS ONCOLÓGICOS

Formación inicial



Fuente: FRFNB

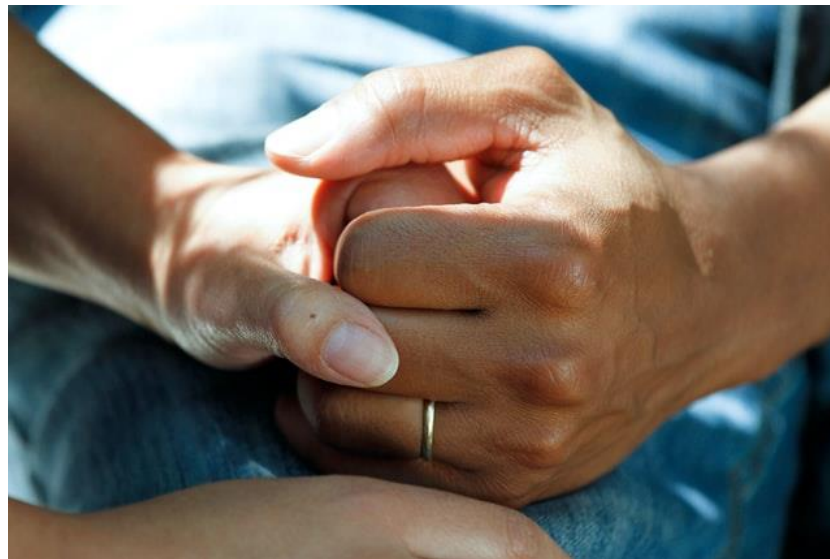
Psicooncología: vivir la enfermedad

Ricardo Enas
FUNDACIÓN | NATURA BISSÉ

¿Cómo nos adaptamos?

- Los estudios realizados con pacientes oncológicos indican que la mayoría de los pacientes presentan una buena adaptación a la enfermedad.
- Sólo alrededor de un 30% presentan síntomas claros de malestar psicológico, no cumpliendo criterios para un diagnóstico de trastorno mental.

Son REACCIONES EMOCIONALES NORMALES ante una situación difícil y, en muchas ocasiones, amenazante de la propia vida.



Fuente: Unsplash [Link](#)

¿Cómo nos adaptamos?

- Los pacientes experimentan una variedad de respuestas emocionales.
- La manera como cada uno afronta su enfermedad dependerá de la combinación de un conjunto de variables clínicas y psicológicas y de sus estrategias de adaptación.

No existe una manera única ni mejor de adaptarse.



Fuente: Freepik [Link](#)

¿Cuáles son estas variables?

Factores que influyen en la adaptación psicológica

01

Médicos

- Localización del tumor.
- Estadio.
- Pronóstico.
- Tratamientos.
- (Síntomas)

02

Individuales

- Personalidad.
- Mecanismos de afrontamiento.
- Experiencias previas.
- Expectativas.
- Ciclo vital.

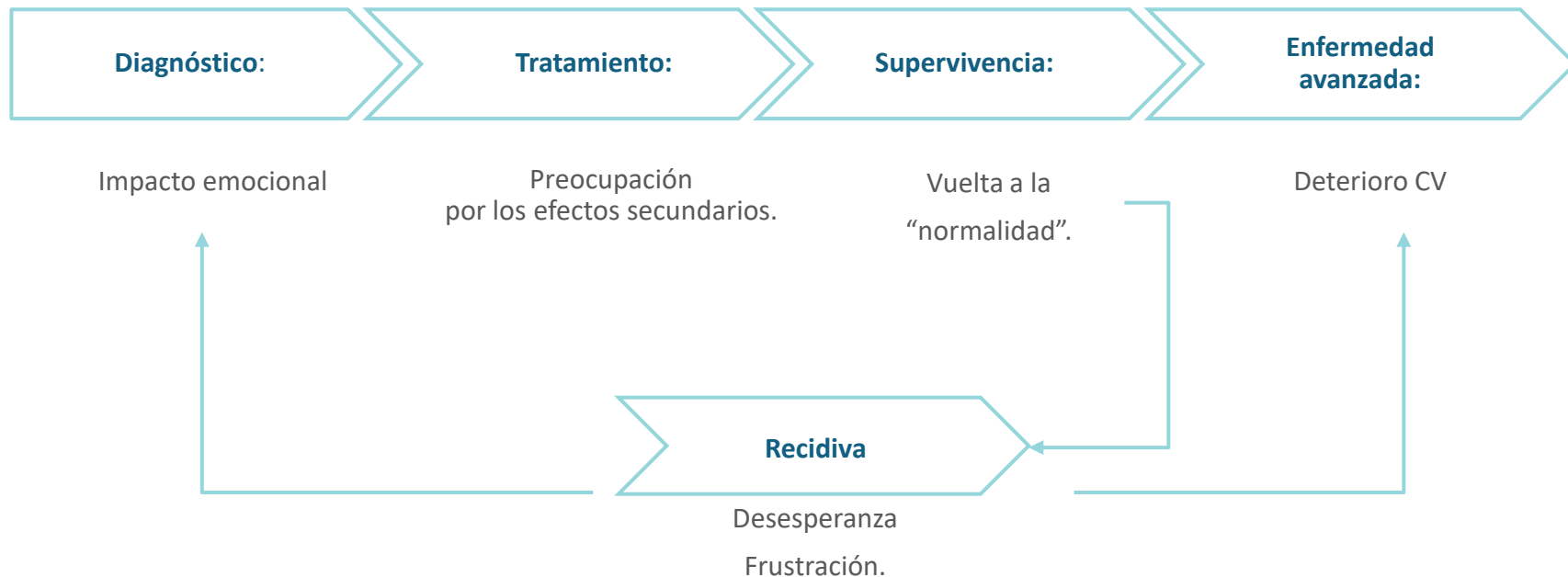
03

Familiares/ socioculturales

- Creencias.
- Contexto.
- Apoyo socio familiar.

Atención centrada en el paciente

¿Qué lo causa?



Reacciones psicológicas (I): “Tengo cáncer”

- **Impacto inicial** (incredulidad, confusión).
- **Miedo** (al diagnóstico, a las pruebas...).
- **Ansiedad ante los resultados** (incertidumbre).
- **Reacciones emocionales** (rabia, tristeza, culpa, negación).

Adaptarse bien no es solo una cuestión de fuerza de voluntad, sino que, muchas veces, es necesario aprender nuevas estrategias para conseguirlo.



Fuente: Freepik [Link](#)

Reacciones psicológicas (II): “La lucha”

- **Aparición de síntomas nuevos.**
- **Disminución de la autoestima** (imagen corporal, sexualidad, aislamiento).
- **Reacciones fóbicas y/o miedos.**
- **Oscilaciones anímicas:** Ansiedad y/o estado de ánimo deprimido.

Es difícil aceptar que aquello que nos cura
es lo que nos hace sufrir.



Fuente: Pexels [Link](#)

Reacciones psicológicas (III): “Recuperar la normalidad”

- **Miedo a la recaída** (Sd. De Damocles).
- **Cambio personal** (redefinición y cambio de valores).
- **Cambio en las relaciones personales.**
- **Preocupaciones relacionadas con la actividad laboral**
- **Reflexión espiritual** – existencial.

“No es la especie más fuerte la que sobrevive, sino la que responde mejor al cambio”



Fuente: Pexels [Link](#)

Reacciones psicológicas (IV): “La enfermedad avanzada”

- **Miedo al futuro** (a la muerte o al sufrimiento).
- **Dificultad de comunicación** (soledad).
- **Desesperanza, impotencia** (agotamiento).
- Pérdida de autonomía.
- Apatía.
- Pérdida de roles.
- Preocupación por la familia.

Si la comunicación puede ser dolorosa, la
incomunicación puede serlo todavía más.



Fuente: Pexels [Link](#)

Reacciones adaptativas

Es normal si...

Negación (no querer hablar de ello).

Humor (quitarle importancia).

Rabia “abstracta” (enfado y/o irritabilidad).

Tristeza (lloro).

Miedo (ansiedad y/o neviosismo).

Esperanza realista (mejoría, control de síntomas, curación...).

Negociación (alopecia y/o de los síntomas).

Reacciones desadaptativas

Pedir ayuda cuando...

Negación patológica.

Sentimiento de culpabilidad.

Rabia contra los cuidadores.

Bloqueo, inexpressión.

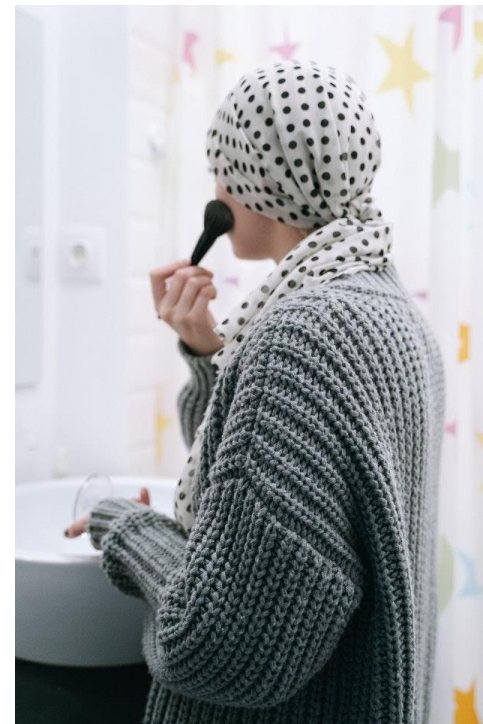
Ansiedad, búsqueda de lo imposible.

Desesperación, esperanzas no realistas (de curación completa...).

Manipulación (esconder información...).

Algunos de los cambios estéticos frecuentes

- Alteraciones de la piel.
- Cambios de peso.
- Caída o debilitamiento del cabello.
- Caída de las cejas, pestañas o vello corporal.
- Alteraciones en las uñas.
- Expresión facial.



Fuente: [Pexels Link](#)

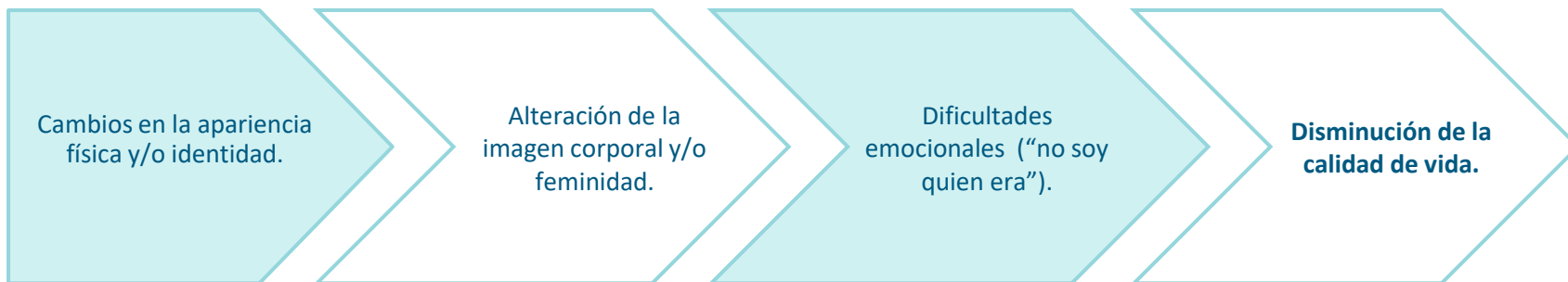
Repercusiones en la sexualidad y la maternidad

- Posible disminución de la libido durante los tratamientos.
- Dificultad para “mostrar su cuerpo”.
- Miedo de la pareja a “hacer daño”.
- Cambios hormonales temporales o definitivos.
- Esterilidad.
- Identidad, feminidad.



Fuente: Pexels. [Link](#)

¿Cómo pueden afectarnos estos cambios?



¿Cómo se puede alterar la calidad de vida?

- Menor autoestima.
- Mayores sentimientos de inutilidad.
- Tristeza más severa.
- Período de aislamiento social más prolongado.
- Vergüenza, temor a ser rechazado.
- Dificultades en las relaciones interpersonales.
- Disfunciones sexuales.



Fuente: Pexels [Link](#)

¿Qué podemos hacer como esteticistas?

- Favorecer y cuidar el aspecto físico.
- Enseñar a desarrollar de manera autónoma hábitos de cuidado.
- Potenciar exposición gradual a la nueva imagen corporal.
- Información y corrección de ideas erróneas.
- Insistir en mantener hábitos y estilos de vida cotidiana.
- Facilitar la comunicación de la experiencia y los sentimientos.
- Potenciar otros aspectos de la autoestima y autovaloración personal.



Fuente: FRFNB

Manejo de emociones ¿Cómo podemos ayudar?

- Potenciar autoestima de la paciente.
- Técnicas para disminuir la ansiedad y el miedo.
- Tolerar la tristeza y la rabia.
- Minimizar el sentimiento de soledad.
- Acompañar en la etapa de incertidumbre.
- Compartir la alegría.
- Mantener la esperanza.



Fuente: [Pexels Link](#)

Habilidades de comunicación

“Si tuviéramos que hablar más de lo que escuchamos tendríamos dos bocas y una oreja”

Mark Twain

Escuchar sí pero...bien, conscientemente, con comprensión y cuidado:

Escucha activa

“La mayor parte de las personas no escucha con la intención de comprender, sino para contestar”



Fuente: Pexels [Link](#)

Situaciones difíciles: ¿Qué hacer? (I)

- Empatizar: “entiendo como se siente”.
- Escuchar activamente y/o mantener el silencio.
- Permitir el llanto.
- Evitar frases del tipo: “no se preocupe”.
- Preguntar si hay algo que podamos hacer para que se sienta mejor.
- Acercamiento, contacto físico (?).

Tristeza/llanto



Fuente: Pexels [Link](#)

Situaciones difíciles: ¿Qué hacer? (II)

- Aceptar el derecho del paciente a mostrarse enfadado.
- No tomárselo como algo personal.
- Evitar frases del tipo “cálmese”.
- Las expresiones de la ira son breves.
- No sacar el tema hasta que la persona quiera.

Hostilidad, ira, enfado



Fuente: Pexels [Link](#)

Situaciones difíciles: ¿Qué hacer? (III)

- No contestar lo que no sabemos.
- No mentir.
- Evitar dar falsas esperanzas.
- No cuestionar las decisiones médicas.
- Redirigir las preguntas a los profesionales implicados.

Preguntas difíciles



Fuente: Pexels [Link](#)

Efectividad de la estética oncológica

- Intervención “breve” en aspectos de **belleza**: taller grupal de maquillaje de una sesión.
- Mejoras que perduran a los 2m.

Received: 30 September 2018 | Revised: 29 October 2018 | Accepted: 28 November 2018

DOI: 10.1002/pon.4957



PAPER

WILEY

Recover your smile: Effects of a beauty care intervention on depressive symptoms, quality of life, and self-esteem in patients with early breast cancer

Anna Richard^{1,2}  | Nadia Harbeck³  | Rachel Wuerstein³  | Frank H. Wilhelm¹ 

Conclusiones

- Las circunstancias, muchas veces, no se pueden cambiar, pero sí podemos cambiar la forma de afrontarlas.
- Adoptar un papel activo durante el proceso de enfermedad proporciona una sensación de control, que influirá en el propio bienestar.
- La enfermedad también puede aportar experiencias positivas, no nos centremos únicamente en los aspectos negativos.

*“La capacidad de emocionarte
frente a las cosas simples
no te hace débil sino más
humano”.*



www.fundacionricardofisas.org

Toda la información contenida en este material es estrictamente confidencial y está exclusivamente destinada a los participantes de la formación en estética oncológica.

© 2023 Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total y/o parcial, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros medios, sin la previa autorización escrita de Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé o Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation. Todos los logotipos, marcas registradas y nombres comerciales pertenecen a sus propietarios respectivos.

Toda la información contenida en este material es orientativa y está destinada únicamente a dar consejos generales sobre el cuidado de la piel. En ningún caso este material reemplaza cualquier consulta con tu médico/a o profesional médico/a. Para cualquier duda sobre los consejos o el uso de los productos, consulta con tu médico/a, o profesional médico/a o esteticista profesional especializado/a en tratamientos oncológicos. Este material está sujeto a su constante actualización.

Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation han testado estos consejos con productos y tratamientos de la marca Natura Bissé®. No se hacen responsables de cualquier uso inadecuado de los consejos o de su uso con productos de otras marcas. La Fundación Natura Bissé Ricardo Fisas y Ricardo Fisas Natura Bissé Foundation no aceptan responsabilidad por la información y las opiniones expresadas en este material por parte de terceros, incluidas las opiniones de los profesionales.