

INTERVENCIONES NO FARMACOLÓGICAS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD EN NIÑOS CON CÁNCER

INTRODUCCIÓN

El **cáncer infantil** es una de las principales causas de mortalidad en niños y adolescentes de todo el mundo (1). Constituye la primera causa de muerte por enfermedad en niños en los países desarrollados (2).

La aparición de esta enfermedad en la vida de un niño **altera drásticamente su infancia** trastocando su rutina habitual (3). Además, los tratamientos y las hospitalizaciones prolongadas a las que se someten, a menudo, implican procedimientos dolorosos y efectos secundarios. En consecuencia, es habitual que los niños sientan **miedo o ansiedad** y que la experiencia del cáncer afecte también su bienestar emocional repercutiendo negativamente en su calidad de vida (4).

La **enfermera**, es nexo de unión entre el niño, la familia y los profesionales de la salud. Será la primera a la que recurran en demanda de apoyo (5). Por tanto y en vistas a proporcionar un cuidado integral, es crucial que conozcan de primera mano estas intervenciones (1).

OBJETIVO

Explorar las intervenciones no farmacológicas existentes y evaluar su efectividad para reducir la ansiedad en niños hospitalizados con cáncer.

METODOLOGÍA

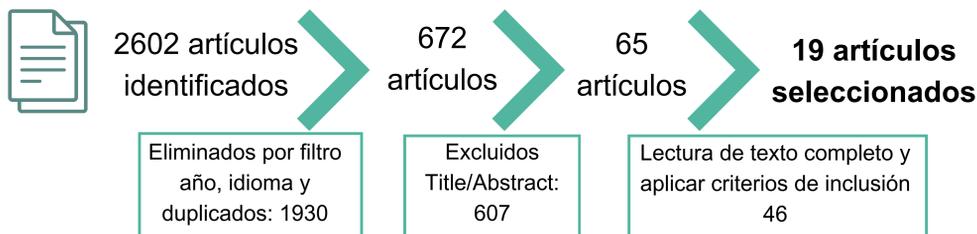
¿Cuáles son las intervenciones más efectivas para disminuir la ansiedad en pacientes oncológicos pediátricos?

- Intervenciones no farmacológicas en niños o adolescentes con cáncer ingresados.
- Intervenciones que disminuyan la ansiedad o estrés.
- Artículos centrados en otros aspectos que no sean ansiedad.
- Intervenciones en familiares, enfermeras, adultos jóvenes o pacientes paliativos.

PubMed CINAHL PsycINFO®

Inglés y español
Últimos 5 años (2018-2023)

OR	AND	OR	AND	OR	AND	OR
Child		Cancer		Therapy		Anxiety
Children		Oncology		Therapies		Stress
Pediatric				Intervention		Anxiety [Mesh]
Child [Mesh]				Interventions		



CONCLUSIÓN

Tras la investigación realizada, ha sido posible conocer las intervenciones no farmacológicas y se **confirma su efectividad** en la reducción de la ansiedad en los niños con cáncer. Todas tienen un impacto multifacético beneficioso.

Implicaciones:

- Formación** universitaria que enfatice el enfoque humanizado y holístico. Programas de formación continua y dar a conocer las intervenciones no farmacológicas desde la universidad.
- La responsabilidad y papel crucial de las enfermeras en la implementación de estas intervenciones en la **práctica**.
- Proporciona **evidencia actualizada** para promover un cuidado personalizado que además de mejorar el bienestar físico, mejore su bienestar emocional y calidad de vida.

Se enfatiza la importancia de humanizar el entorno o los cuidados y de permitir y fomentar que **los niños sigan siendo niños** durante la hospitalización a pesar de la enfermedad.



Universidad de Navarra

FACULTAD DE ENFERMERÍA

Puy Barrondo Arregui

pbarrondoar@alumni.unav.es

Sofía Neddermann Carrillo

1 Fomentar el juego

Herramienta terapéutica efectiva que **reduce** la ansiedad de manera **cuantitativa** (6). No depende de la actividad específica realizada durante la terapia del juego (7).

Favorece el **desarrollo emocional, social y cognitivo** de los niños. Les ayuda a expresar sus emociones, distraerse de los tratamientos, reducir el estrés, aumentar su motivación mejorando así su estado de ánimo. Además, el juego proporciona oportunidades para que interactúen y socialicen con otros niños en su situación (8).



2 Fomentar la creatividad

Terapia Artes Creativas (arte, música y teatro):

Favorece la expresión creativa y emocional de los niños. Además, reduce y les enseña a **gestionar la ansiedad** (9).



Fabricación de Joyas:

Disminuye el **estado de ansiedad** en los niños tras la sesión 1 como tras la última (12).

Les mantiene concentrados en el momento presente. Dejan de lado pensamientos ansiosos o preocupaciones (12).



Mandalas:

Alivia la ansiedad de manera **inmediata y a largo plazo** (10).

Les ayuda a **focalizar** la atención en su **respiración** (11).



Musicoterapia:

Sesiones de 15-20 minutos mejoran la **regulación emocional** y reduce ansiedad preoperatoria (13).

Disminuye los niveles de **cortisol**, menor demanda de drogas ansiolíticas (13).



3 Fomentar el apoyo psicosocial y emocional

Terapia con animales:

Tiene un **impacto positivo** en el nivel de ansiedad de los niños y sus padres. Los animales les ofrecen **consuelo y apoyo** (14).

Disminuye el miedo y brinda una mayor sensación de **calma** y bienestar emocional (15).



Terapia con payasos:

Crean **ambiente relajado**. Reduce el estrés promoviendo momentos de **alegría y risa**.

La risa y el humor liberan **endorfinas** produciendo mayor **sensación de bienestar** en los niños. Los 3 valores de la escala ESI (Child Stress Scale) decrecieron (16).



4 Humanización del entorno hospitalario

Objetivo: crear un entorno hospitalario más **acogedor y amigable** que favorezca el desarrollo del niño y su relajación.

Elementos de distracción positiva:

Formas de escape que buscan **mover su atención** a mundos imaginarios y coloridos proporcionándoles un **alivio temporal** del estrés (17,18).

- Caleidoscopio
- Dispositivos BUZZY
- Lectura
- Hipnoterapia



Realidad virtual inmersiva:

Disminuye la **percepción de ansiedad** basal tanto en niños como en sus familias (19).

Alivia los síntomas ansiosos de manera no farmacológica. Se puede **prescindir** del uso de **anestesia** (20).

Contribuye a la **reducción** de la **duración** habitual de los procedimientos (21).



BIBLIOGRAFÍA:

