



¿Facilita el optimismo la eficacia de una terapia basada en emociones positivas en pacientes de cáncer?

Does optimism facilitate effectiveness of a therapy based on positive emotions in cancer patients?

Andre Louro

Clínica de Patología Digestiva; Instituto Português de Oncologia Francisco Gentil, E.P.E.

Tomás Blasco

Jordi Fernández Castro

Grup d'Investigació en Estrès i Salut. Universitat Autònoma de Barcelona

Resumen

No está claro si el optimismo modera el efecto de las intervenciones psicológicas en pacientes de cáncer. El presente trabajo analiza si el optimismo se relacionaba con la eficacia de una intervención basada en la potenciación de emociones positivas en una muestra de 24 pacientes de cáncer colorrectal que la recibieron mientras se les administraba quimioterapia. Los resultados indicaron que la intervención tendía a mejorar la calidad de vida en una de las dimensiones del cuestionario EORTC, pero dicha mejora no guardaba relación con los niveles de optimismo de los pacientes. Parece que los posibles efectos beneficiosos de esta intervención psicológica no dependen de que los pacientes tengan mayores o menores grados de optimismo. Sin embargo, son necesarias más investigaciones en pacientes con otros tumores o que reciban otros tratamientos para determinar el posible papel moderador del optimismo sobre los efectos de intervenciones psicológicas en el ámbito de la salud.

Palabras clave: **Optimismo; Cáncer; Intervención psicológica; Calidad de vida**

Abstract

It is not clear whether optimism moderates the effect of psychological interventions on cancer patients. The present paper analyzes whether optimism was related to the effectiveness of an intervention based on the potentiation of positive emotions in a sample of 24 colorectal cancer patients who received over chemotherapy. The results indicated that the intervention tended to improve the quality of life in one of the dimensions of the EORTC questionnaire, but this improvement was not related to patients' levels of optimism. It seems that the possible beneficial effects of this psychological intervention do not depend on patients having greater or lesser degrees of optimism. However more research is needed in patients with other tumors or other treatments to determine the possible moderating role of optimism on the effects of psychological interventions in the health field.

Keywords: **Optimism; Cancer; Psychological Intervention; Quality of Life**

Introducción

Las intervenciones psicológicas basadas en las emociones positivas han aumentado en el campo de la Psicooncología. Por ejemplo, en el cáncer colorrectal, se ha comprobado en una revisión sistemática de la literatura (Louro, Blasco y Fernández-Castro, 2015) que el estado de ánimo positivo de los pacientes está relacionado con un mejor estado de salud, mejor funcionamiento social, mayor crecimiento personal, mayor bienestar y menores niveles de ansiedad y depresión. En el caso del cáncer de mama, otra revisión sistemática (Casellas-Grau, Font y Vives, 2014) llega a una conclusión parecida en el sentido de hallar evidencias de intervenciones que, mediante la potenciación de las emociones positivas, consiguen la mejora de la calidad de vida, así como otras consecuencias saludables.

En nuestra opinión, un reto importante para el desarrollo de las intervenciones basadas en las emociones positivas es determinar si son igualmente eficaces en todo tipo de personas o si su influencia depende de algunas características individuales. En concreto, planteamos que una característica individual a tener en cuenta en primer lugar debería ser el optimismo. El optimismo (Fernández-Castro, Rovira, Doval y Edo, 2009) es un rasgo estable de personalidad que se caracteriza por esperar en general lo mejor en el futuro, por tener una visión benevolente de la vida y por experimentar estados de ánimos placenteros. Teniendo en cuenta que el optimismo influye en la manera en que las personas afrontan las enfermedades (Hart, Vella y Mohr, 2008), nos podemos preguntar si las intervenciones basadas en las emociones positivas tienen el mismo efecto en personas optimistas que en personas que no lo son. En el campo de la Psicooncología, se ha comprobado que mayores niveles de optimismo se relacionan con menores niveles de ansiedad y depresión en pacientes con cáncer avanzado (Appelbaum et al., 2014) o en mujeres con riesgo de desarrollar cáncer de mama (Garner et al., 2015). Sin embargo, la relación entre los niveles de optimismo y la eficacia de las terapias ha sido menos estudiada. Así, en un artículo de revisión, Rie Tamagawa, Sheila Garland, Marcus Vaska y Linda Carlson (2012) indicaban que eran los pacientes con niveles más bajos de optimismo los que se beneficiaban de las intervenciones. Sin embargo, esas intervencio-

nes no contemplaban ninguna que se basase de forma directa en el manejo de emociones positivas.

En un estudio previo (Louro, Fernández-Castro y Blasco, 2016) hemos podido establecer algunos efectos beneficiosos de una intervención basada en el manejo de emociones positivas en pacientes de cáncer colorrectal. En concreto, se concluyó que esta intervención daba lugar a una tendencia en la mejoría de la calidad de vida en los pacientes que la recibían, cuando se les comparó con un grupo control que estaba en lista de espera.

En el presente estudio, pretendemos analizar si la intervención basada en las emociones positivas es moderada por el grado de optimismo de los pacientes. Por ello, el presente trabajo valorará si el nivel de optimismo de los pacientes moderó los cambios en calidad de vida experimentados tras recibir dicha intervención.

Método

Participantes

Entre octubre de 2012 y febrero de 2014 se reclutó a 52 pacientes diagnosticados de cáncer colorrectal (estadios II y III), que estaban recibiendo quimioterapia complementaria (protocolo FOLFOX) en el Instituto Portugués de Oncología, en Oporto, quienes aceptaron participar voluntariamente en el estudio y fueron asignados secuencialmente al grupo control y al de intervención (Louro, Fernández-Castro y Blasco, 2016). En el presente estudio se consideran únicamente los participantes del grupo de intervención que han hecho el seguimiento (N=24), 15 hombres (8 con edad inferior a 60 años y 7 con 60 años o más) y 9 mujeres (5 con edad inferior a 60 años y 4 con 60 años o más).

Instrumentos

Optimismo: Se evaluó con el *Life Orientation Test (Revised) (LOT-R)* en la versión portuguesa (Laranjeira, 2008).

Calidad de vida: Se evaluó mediante las seis subescalas (Global, Física, Rol, Emocional, Cognitiva, y Social) del *Cancer Quality of Life Questionnaire Core-30* (EORTC QLQ-C30, versión 3) en su versión portuguesa (Pais-Ribeiro, Pinto & Santos, 2008).

Procedimiento

Los pacientes recibieron un programa de intervención psicológica destinado a aumentar las emociones positivas que constaba de tres sesiones que se aplicaban, cada dos semanas, coincidiendo con las sesiones de quimioterapia, mientras el paciente estaba en la sala de tratamiento. Se administró el EORTC-QLQC30 antes de la intervención y un mes y medio después de finalizar la misma. El LOT fue administrado antes del inicio de la intervención.

Análisis estadístico

Se realizó un análisis de la varianza con medidas repetidas usando el modelo lineal general para cada una de las seis subescalas del EORTC, usando la puntuación del cuestionario LOT como covariable.

Resultados

La media de puntuación en el LOT-R fue de 17.75 (SD=3.04). En la Tabla 1 aparecen las puntuaciones en las seis subescalas del EORTC antes y después de recibir la intervención. Aunque hubo mejoras en las escalas global, de rol, emocional y cognitiva, estas diferencias no llegaron a ser estadísticamente significativas, si bien en la escala Global el aumento en la puntuación, que refleja un aumento en la calidad de vida, se aproximó a la significación ($p=.059$). Respecto a la puntuación obtenida en el LOT-R, en ninguna de las escalas actuó como covariable (Global: $F=1.15$; n.s.; Física: $F=1.256$; n.s.; Rol: $F=0.289$; n.s.; Emocional: $F=0.4$; n.s.; Cognitiva: $F=0.024$; n.s.; Social: 0.285 ; n.s.). Por otra parte, la puntuación en el LOT-R mostró correlaciones significativas con la subescala Global ($r=0.364$; $p<.01$) y con la subescala Emocional ($r=0.330$; $p<.01$).

Subescala	Pre		Post		p
	X	SD	X	SD	
Global	73.95	17.25	81.59	12.28	.059
Física	89.44	12.26	87.77	12.53	.434
Rol	92.36	15.52	95.83	10.13	.307
Emocional	82.98	13.34	84.72	13.82	.575
Cognitiva	90.97	12.98	93.75	9.59	.382
Social	90.27	13.82	88.19	19.95	.622

Tabla 1: Puntuaciones en las seis subescalas del EORTC Pre y Post intervención (n=24)

Discusión

Los resultados obtenidos muestran que no hemos hallado ningún efecto moderador del optimismo en el efecto de una intervención basada en la inducción de emociones positivas. Es decir, después de la intervención hubo una mejora en la escala global de calidad de vida en un nivel prácticamente significativo, pero este cambio no fue diferente en función del grado de optimismo. Por otro lado, no hubo cambios en las escalas específicas de calidad de vida y, además, el grado de optimismo no influyó en la estabilidad de estas escalas.

Los estudios en los que los resultados no hallan una relación prevista son menos llamativos que los que sí las hallan, pero también merece la pena analizar las implicaciones de esta falta de efecto. Como ya se ha expuesto en la Introducción, el optimismo está relacionado con una mayor presencia de emociones positivas y una mayor calidad de vida y esto también es cierto para los participantes de nuestro estudio, tal y como lo muestran las correlaciones observadas. Sin embargo, lo que nuestros datos indican es que los optimistas no presentan ninguna ventaja o desventaja a la hora de obtener mejorías como resultado de una intervención basada en el manejo de emociones positivas. Esto difiere de lo encontrado en otros trabajos como el ya citado de Tamagawa et al. (2012) que observó que los pacientes con menor optimismo obtenían más beneficios, posiblemente porque los más optimistas ya estarían mejor y tendrían menor margen de mejora. Por otra parte, en un estudio con pacientes aquejados de esclerosis múltiple, los pacientes con mayor optimismo se beneficiaron más de una intervención basada en las emociones positivas (Hart et al., 2008) porque disponían de estrategias de afrontamiento emocional como el *benefit finding*. Si bien podríamos esperar que esto hubiera sucedido también en los pacientes de nuestro estudio, los resultados indican que no ha sido así, por lo que cabe sospechar que en pacientes de cáncer colorrectal el optimismo no guarda relación con la eficacia de las terapias basadas en el manejo de emociones positivas.

Dado que el presente estudio ofrece una muestra limitada, es necesario ampliar la investigación y confirmar estos resultados con muestras de pacientes que tengan otros tipos de tumores u otras enfermedades. El interés

de estas consideraciones se basa en los aspectos aplicados que se derivan de las mismas. Si no se confirmase que el optimismo determina la eficacia de las intervenciones basadas en las emociones positivas, la conclusión sería que estas intervenciones pueden reportar beneficios a todos los pacientes y estos pueden ser tratados de manera homogénea. En caso de que se confirmase, los psicólogos que aplican intervenciones basadas en el manejo de emociones positivas deberían tener en cuenta el nivel de optimismo de los pacientes a fin de ajustar el plan terapéutico y adaptarlo en función del nivel de optimismo de cada paciente.

Referencias

- Applebaum, Allison J.; Stein, Emma M.; Lord-Bessen, Jennifer; Pessin, Hayley; Rosenfeld, Barry & Breitbart, William (2014). Optimism, social support and mental health outcomes in patients with advanced cancer. *Psycho-Oncology*, 23, 299-306. <https://doi.org/10.1002/pon.3418>
- Casellas-Grau, Anna; Font, Antoni, & Vives, Jaume (2014). Positive psychology interventions in breast cancer. A systematic review. *Psycho-Oncology*, 23(1), 9-19. <https://doi.org/10.1002/pon.3353>
- Fernandez-Castro, Jordi; Rovira, Tatiana; Doval, Eduardo & Edo, Silvia (2009). Optimism and perceived competence; the same or different constructs? *Personality and Individual Differences*, 46, 735-740. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.01.041>
- Garner, Melissa J.; McGregor, Bonnie A.; Murphy, Karly M.; Koenig, Alex L.; Dolan, Emily D., & Albano, Denise (2015). Optimism and depression: a new look at social support as a mediator among women at risk for breast cancer. *Psycho-Oncology*, 24(12), 1708-1713. <https://doi.org/10.1002/pon.3782>
- Hart, Stacey L.; Vella, Lea, & Mohr David C (2008). Relationships Among Depressive Symptoms, Benefit-Finding, Optimism, and Positive Affect in Multiple Sclerosis Patients After Psychotherapy for Depression. *Health Psychology*, 27(2), 230-238. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.27.2.230>
- Laranjeira, Carlos A. (2008). Portuguese Translation and Validation of the Revised Life Orientation Test (LOT-R), *Universitas Psychologica*, 7(2), 469-476.
- Louro, André; Blasco, Tomás, & Fernández-Castro, Jordi (2015). Is there a relationship between positive affect and quality of life in colorectal cancer patients? *Anales de Psicología*, 31(2), 404-413. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.160331>
- Louro, André; Fernández-Castro, Jordi, & Blasco, Tomás (2016). Effects of a positive emotion-based adjuvant psychological therapy in colorectal cancer patients: A pilot study. *Psicooncología*, 13(1), 113-125. https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2016.v13.n1.52491
- Pais-Ribeiro, José Luis; Pinto, Candida, & Santos, Celia (2008). Validation study of the portuguese version of the QLQ-C30-V3. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 9(1), 89-102.
- Tamagawa, Rie; Garland, Sheila; Vaska, Marcus, & Carlson, Linda E. (2012). Who benefits from psychosocial interventions in oncology? A systematic review of psychological moderators of treatment outcome. *Journal of Behavioral Medicine*, 35, 658-673. <https://doi.org/10.1007/s10865-012-9398-0>



ANDRE LOURO

Psicólogo Clínico, especialista en Psicooncología. Doctor en Psicología. Clínica de Patología Digestiva; Instituto Português de Oncologia Francisco Gentil, E.P.E. Porto (Portugal).

TOMÁS BLASCO

Profesor Titular de Universidad. Departament de Psicologia Bàsica. Univeritat Autònoma de Barcelona.

JORDI FERNÁNDEZ CASTRO

Catedrático de Universidad. Departament de Psicologia Bàsica. Universitat Autònoma de Barcelona.

DIRECCIÓN DE CONTACTO

louro.andre@gmail.com; tomas.blasco@uab.cat; jordi.fernandez@uab.cat

FORMATO DE CITACIÓN

Louro, Andre; Blasco, Tomás & Fernández Castro, Jordi (2018). ¿Facilita el optimismo la eficacia de una terapia basada en emociones positivas en pacientes de cáncer?. *Quaderns de Psicologia*, 20(3), 287-291. <http://dx.doi.org/10.5565/rev/psicologia.1467>

HISTORIA EDITORIAL

Recibido: 10/07/2018

Aceptado: 13/11/2018