

Atención integral al paciente oncológico

Carmen Calzado
Médico naturista

HOLISTIC CARE OF CANCER PATIENTS. CALZADO C.

Keywords: Cancer. Antioxidants. Physiotherapy. Psychotherapy.

English abstract: There are many hypotheses to explain the beginning of cancerous degenerative cellular damage, but in all cases we accept that the causes are multifactorial. From a genetic, immunologic, toxic, diethetic, environmental, social and psychologic standpoint, is essential to consider these factors not only as causative, but also as a fundamental part of cancer patients treatment and care. We cannot forget that patient is a person, and we must individualize to treat the disease as a whole.

196

Resumen

Las múltiples hipótesis que intentan explicar los motivos de la alteración celular en el Cáncer, nos obligan a plantear el carácter multifactorial de la enfermedad. Desde el aspecto genético, inmunológico, tóxico, dietético, ambiental, social y psicológico, todos estos parámetros deben ser contemplados en el estudio de un paciente oncológico y enfocar así su tratamiento y cuidado, sin olvidar que siempre hay que individualizar y comprender a la persona y su enfermedad como un todo.

Palabras clave: Vitalidad. Personalización. Antioxidantes. Fisioterapia. Psicoterapia. Guía. Afrontamiento.

Introducción

La atención al paciente oncológico es uno de los campos de la práctica clínica que más pone a prueba la capacidad de los médicos y que requiere una amplia gama de habilidades

terapéuticas. El carácter multifactorial de la enfermedad dificulta en ocasiones el abordaje del caso, pero precisamente por ello los campos de actuación deben ser más amplios, para poder contemplar la globalidad del individuo.

El cáncer no es una afección localizada, es sólo un síntoma. Todo el cuerpo está implicado (incluida la mente). Para tratarlo, no sólo hay que incidir sobre el sitio donde se localiza el tumor, sino que también necesita ser tratado todo el organismo, incluido el aspecto emocional y psicológico que acompaña a toda enfermedad física y que hace de ese paciente único en la forma de vivir su enfermedad. Por tanto hay que explorar el terreno físico, mental, emocional y espiritual de la persona.

Con el criterio naturista se pretende facilitar los mecanismos defensivos propios del cuerpo, con una corrección de los aportes y hábitos de vida antifisiológicos.

Por tanto, la actuación debe ir dirigida hacia el organis-

mo en su conjunto y a cada persona en particular, intentando estimular el sistema inmunitario, desintoxicar el cuerpo, proporcionar un apoyo nutricional óptimo, aumentar el metabolismo celular sano minimizando los daños destructivos de los radicales libres... También se deben trabajar los aspectos emocionales de la enfermedad y psicológicos de la persona, para modificar los hábitos de vida que pudieran ser perjudiciales.

Es fundamental tener en cuenta la individualización de los recursos curativos, ya que cada paciente necesitará que las medidas terapéuticas se adapten a su estado en el momento del tratamiento. A su vez, dichas medidas irán de acuerdo con la evolución del proceso y de la vivencia que la persona experimente en relación a dicho tratamiento.

El objetivo es intentar fortalecer la Fuerza Vital (muy deteriorada en esta enfermedad), en la medida de la respuesta individual, para impedir en algunos casos una reaparición de la célula tumoral,

en otros su multiplicación, y en muchos casos para ayudar simplemente a completar el ciclo vital de la persona, de la forma más suave y digna.

El paciente oncológico precisa una reforma del modo de vivir conforme a la naturaleza, mediante los grandes remedios que ofrece: sol, agua, aire, luz, alimentación, plantas medicinales, movimiento y descanso hasta sus últimas consecuencias.

El estudio de cada caso debe ser exhaustivo y pormenorizado, intentando crear un medio donde el paciente pueda canalizar todas sus sensaciones (físico-emocionales), para que el médico pueda adaptar sus recursos a las necesidades que planteadas.

Aspectos básicos en el Cuidado Integral

Afrontando la enfermedad

Hay que comprobar cuál es la actitud del paciente ante su situación. Puede ser una conducta activa con un alto grado de participación, o pasiva, donde la persona sólo se implica en lo que el profesional le indica. Siempre hay que valorar su actitud global ante la vida, las ganas de luchar y el deseo de recuperación, siendo muy respetuosos con cualquier situación que plantee e intentando comprender su estado, para mejorar su calidad de vida en la medida de nuestras posibilidades.

Enfoque terapéutico ante el diagnóstico

El diagnóstico clínico servirá de referencia para saber en qué situación se encuentra el paciente y valorar sus necesidades de modo inicial.

Puede ser un enfoque curativo, paliativo o de cuidados terminales. Hay que tener muy claro que un cáncer terminal y un cáncer avanzado no son sinónimos.

En el primero, la expectativa de vida es corta y los tra-

tamientos no deben ser agresivos, mientras que en el avanzado, las maniobras terapéuticas pueden aportar calidad de vida y prolongar la supervivencia en buenas condiciones.

A veces, los esfuerzos deben desplazarse de curar a cuidar, de tratar la enfermedad a escuchar al enfermo, de mantener las constantes bioquímicas a aliviar la sintomatología y prestar el apoyo necesario al paciente y su familia.

Actitud terapéutica

Se pretende ayudar al impulso curativo natural del cuerpo para su restauración, intentando poner a la persona en las mejores condiciones de respuesta.

Es necesaria por tanto la modificación de ciertos hábitos incorrectos para conseguir reducir/eliminar factores cancerígenos, facilitar la depuración del organismo mediante la actividad de los emuntorios y mecanismos de autorregulación, controlar la nutrición celular, modificar el medio celular y promover el funcionamiento del sistema inmunitario.

Para ello existen diversas técnicas, que cada profesional debe elegir de acuerdo a sus conocimientos y experiencia.

En este artículo se detallan algunas de las que constituyen la base del naturismo y que, junto al enfoque psicológico del paciente, suponen una forma integral de atender a la persona con cáncer.

La Dieta Naturista

No existe un solo alimento ni un solo nutriente que pueda considerarse como la protección mágica contra el cáncer, pero existen sustancias (carotenoides, índoles, sulfuros, flavonoides, fitoestrógenos, terpenos...) que influyen en el desarrollo celular, neutralizando metabolitos o inhibiendo el desarrollo de células cancerosas.

Estas sustancias se encuentran principalmente en cereales enteros, productos vegetales y frutas; por lo tanto, la dieta vegetariana es una de las alternativas más adecuadas a las necesidades del organismo. Bien planificada, constituye uno de los pilares de la terapéutica.

Tabla 1. Sustancias químicas protectoras en frutas y verduras

Sustancia	Se encuentra en...	Protección contra el cáncer
Catequinas	Té verde y bayas	Antioxidantes
Flavonoides	Perejil, zanahorias, cítricos, col, pepino, calabaza, tomate, berenjena	Inhibe las hormonas que inducen al cáncer
Indol	Col, coliflor, brócoli, mostaza y verduras	Destruye los estrógenos; induce enzimas protectoras
Isoflavones	Judías, guisantes y leguminosas	Destruyen enzimas de genes cancerígenos
Triterpenoides	Regaliz	Inhiben hormonas cancerígenas
Linanos	Linaza, nueces, pescado graso	Bloquean el desarrollo de prostaglandina
Limonoides	Cítricos	Enzimas protectoras
Licopeno	Tomate y naranja	Antioxidante
Monoterpenos	Perejil, zanahoria, col, pepino, calabaza, tomate, berenjena, pimiento, menta	Antioxidantes, producen enzimas protectoras
Ácidos grasos Omega-3	Linaza, nueces, pescado graso	Inhiben la producción de estrógenos
Ácido fenólico	Zanahorias, perejil, brócoli, col, tomate, pimientos, cítricos	Propiedad antioxidante; inhibe la formación de nitrosaminas
Compuestos de sulfuro	Ajo	Inhiben los carcinógenos y el desarrollo de tumores
Terpenos	Cítricos	Estimulan los enzimas que bloquean los carcinógenos

El cáncer no es una afección localizada, es sólo un síntoma. Todo el cuerpo está implicado, incluida la mente

Se deben eliminar los enlatados, salazones, ahumados, el alcohol, tabaco, el exceso de azúcares y grasas, y controlar la sal, recomendando a su vez un aumento en el consumo diario de frutas, verduras y sobre todo alimentos crudos (Tabla 1).

Hay que tener en cuenta la ansiedad que a veces generan los cambios en la alimentación, e intentar ser respetuosos con las creencias del paciente, adaptándonos a su situación.

Existen otros modelos de dietas que también pueden resultar útiles en estos tratamientos, como la macrobiótica, la dieta Gerson, e incluso el ayuno si se considera adecuado. En cualquier caso, la dieta terapéutica ideal debería reunir los requisitos que se señalan en la Tabla 2.

Suplementos nutricionales

Existen suplementos que contribuyen a mejorar el estado general, cuando consideremos que a pesar de las modificaciones dietéticas, es necesario un aumento de determinados nutrientes por ser muy deficitarios (levaduras ricas en aminoácidos esenciales y minerales), por el efecto antioxidante que poseen (vitaminas principalmente la A, C y E) (Tabla 3) o porque modifican el terreno (ácido láctico o vinagre de manzana).

El Selenio está considerado actualmente como uno de los nutrientes anticancerosos que

Tabla 2. Requisitos de la dieta

1. Contener productos de cultivo biológico frescos y naturales que aporten fibra.
2. Introducirse progresivamente para permitir la adaptación enzimática y psicológica.
3. Garantizar el aporte diario de todos los nutrientes en cantidad y calidad adecuada.
4. No contener sustancias tóxicas originadas en la preparación de los alimentos.
5. No ser carente en nutrientes y mantener su valor biológico.
6. Sin perder calidad, debe ser suficientemente variada y flexible para adecuarse a los distintos gustos, necesidades terapéuticas, económico-sociales, y atender los cambios fisiológicos o ambientales de la persona.

no debe faltar; el aceite de semillas de lino se indica cuando sea preciso un aporte de Omega-3, o el Germanio 132 para estimular el sistema inmunitario.

Higiene Intestinal

Es muy importante conseguir un hábito intestinal diario que permita la eliminación de productos de desecho y toxinas. Una gran mayoría de pacientes con cáncer cursan con autointoxicación intestinal, por lo que hay que modificar este aspecto de la forma más suave y cómoda para el paciente.

Fitoterapia

Queda aún mucho por descubrir, pero en algunos casos pueden ser de ayuda los antiinflamatorios, citostáticos o reactivadores del sistema inmunológico, que pueden contribuir al reequilibrio de la

célula enferma. Algunas de las plantas útiles son:

- Uncaria tomentosa*.
Antiinflamatoria, antiviral, antiulcerosa, antitumoral.
- Viscum album*
Estimulante inmunitario y antitumoral.
Debe ser usado por expertos debido a los efectos secundarios que puede producir.
- Echinácea*.
Inmunoestimulante.
- Lentinan*.
Inmunoestimulante.
- Ganoderma lucidum*.
Inmunorregulador.

Pero el uso de las plantas también debemos enfocar para aquellas situaciones que pueden acompañar la enfermedad y que aunque de manera paliativa, pueden contribuir a un mejor estado del paciente.

Tabla 3. Microminutrientes y cáncer

Retinol	Beta-Caroteno	Vitamina E	Vitamina C	Fibra	Selenio
Diferenciación celular y función de linfos T	Antioxidante	Antioxidante	Antioxidante	Disminuye el tiempo de contacto intestinal	Antioxidante
Regeneración de tejido epitelial	Evita la acción del oxígeno		Evita producción de nitrosaminas	Disminuye el tiempo de tránsito intestinal	Protector de las membranas celulares
Impide la permeabilidad de los tejidos a carcinoides				Modifica la composición de actividad de la flora intestinal	Evita la degeneración celular

La Hidroterapia, Helioterapia y Geoterapia

La indicación hidroterápica debe ser cuidadosa e individualizada, según el objetivo a conseguir. Siempre debe proporcionar una sensación de bienestar, de modo que el paciente quede fortalecido y reposado.

Se adaptará a baños, duchas, envolturas y lavados controlando siempre la temperatura del agua para el efecto deseado.

Para la toma de baños de sol, la técnica más adecuada es la progresiva y a determinadas horas del día.

Son importantes los baños de luz y aire que permitan respirar más oxígeno (elegir zonas poco contaminadas).

Hay que animar al paciente a que esté en contacto con la naturaleza el mayor tiempo posible. También es muy útil que entre en contacto directo con la tierra debido a su electricidad y magnetismo, bien caminando descalzo sobre la arena o césped, o aplicándola directamente sobre la piel a modo de emplaste (propiedades terapéuticas de la arcilla).

Ejercicio Físico

El ejercicio físico incrementa los poderes regeneradores del cuerpo. Se debe elegir un tipo de ejercicio apropiado a cada situación, sin olvidar que siempre existe alguna actividad que el paciente puede realizar, incluso cuando está encamado. Como mínimo hay que mentalizar a todos los pacientes oncológicos sobre la necesidad de andar como parte del tratamiento.

Técnicas Psicofísicas y Psicoterapia

Las emociones tienen una poderosa influencia sobre el desarrollo y resultado en la evolución del paciente oncológico.

Tener un buen sistema de apoyo social, una actitud positiva, sentido de la alegría y metas orientadas hacia el futuro, puede ayudar a los pacientes a superar la enfermedad o como mínimo a afrontar mejor el resto de sus días.

La depresión y un sentimiento de desvalimiento/desesperación, apuntan hacia un peor pronóstico.

Las técnicas de control aplicadas adecuadamente, incrementan el sentido de dominio de la enfermedad que tiene el paciente, y proporcionan una mejoría evidente del estado general, ofreciendo esperanzas de mejora en la calidad y cantidad de vida.

La relajación, meditación y visualización son tres técnicas que están demostrando ser de gran ayuda para el paciente

oncológico contribuyendo a su bienestar.

En algunos casos es necesario derivar al paciente a la psicoterapia. Su propia evolución nos lo indicará, ya que a veces el impacto emocional, la intensidad del tratamiento, la duración y las consecuencias de la enfermedad pueden afectar en sentido positivo o negativo, según la percepción que de ello tenga la persona. La intervención de los profesionales adecuados y grupos de apoyo resultan muy beneficiosos en estas situaciones.

Estrategias de intervención

El cáncer puede prevenirse en gran medida, diagnosticarse en muchos casos, curarse en un porcentaje superior a lo que la gente cree... pero también acaba con muchas vidas.

Tabla 4. Control de pacientes oncológicos

Edad y Sexo
Localización de la neoplasia
Predisposición individual
Actitud mental y Estado emocional
Hábitos Dietéticos
- Modificaciones alimentarias
- Suplementos nutricionales
- Estreñimiento
Hábitos Higiénicos
- Higiene en general
- Sexual
- Ejercicio físico
Tóxicos Ambientales
- Proximidad a campos electromagnéticos
- Frecuencia de radiaciones
- Elementos contaminantes
Hábitos de contacto con la naturaleza
Tratamientos
- Tratamiento actual
- Tratamiento oncológico:
- Cirugía
- Quimioterapia
- Radioterapia
- Tratamiento alternativo:
- Homeopatía
- Medicina Tradicional China
- Psicoterapia
- Naturismo
- Reacción del organismo a los distintos tratamientos aplicados

Es fundamental tener en cuenta la individualización de los recursos curativos

El objetivo terapéutico cambiará y evolucionará en función del curso de la enfermedad

200

A pesar de ello nunca debería anularse el ansia de vivir de la persona y quizá éste sería uno de los objetivos más importantes a plantear en nuestros diagnósticos y tratamientos.

Es fundamental escuchar y conocer al enfermo de manera integral, mostrando con nuestra inquietud, presencia y "escucha" que su vida merece la pena y que estamos dispuestos a afrontar todo aquello que el paciente necesite de acuerdo con sus propias necesidades y circunstancias.

El objetivo terapéutico irá cambiando y evolucionando de acuerdo con el curso de la enfermedad, ante la demanda que la situación cree en cada caso; en algunos será la curación, en otros la prevención y a veces el facilitar la llegada digna al desenlace final, incluso simplemente acompañando.

Hay que tener claro que siempre se puede hacer algo por un paciente oncológico.

Teniendo como base estos objetivos se puede elaborar una guía-control que nos permita valorar el grado de afectación global al que nos enfrentamos, y al mismo tiempo nos pueda servir de orientación terapéutica para indicar las modificaciones y correcciones que consideremos se deben instaurar en cada caso (Tabla 4).

Conclusiones

La actitud del médico ante el paciente oncológico es fundamental para su evolución.

El médico debe decir verdades útiles al enfermo verdades que le enseñen y le ayuden a desarrollar estrategias de afrontamiento, transmitirle su convicción de que es un sujeto activo en la curación y que necesita su colaboración.

No hay un régimen terapéutico concreto para todos los pacientes con cáncer, pero sí debemos tener en cuenta que el cuidado de un paciente oncológico debe reunir unos requisitos básicos, a partir de los cuales cada profesional e-

Tabla 5. Terapia oncológica

1. Debe ser simple, comprendida por el interesado y de aplicación no complicada.
2. Debe reevaluarse regular y frecuentemente de forma global.
3. No debe suponer un aumento del sufrimiento de la persona
4. Tener presente la multifactoriedad de los síntomas y su repercusión física-emocional.
5. Explicar en términos comprensivos el mecanismo de los mismos.
6. Discutir las opciones terapéuticas con el paciente, tomando decisiones juntos.
7. No limitar el tratamiento al uso de fármacos, debiendo hacer uso de la palabra (comunicación), de las manos (contacto físico), y de la humanidad del médico.
8. Dar seguridad sin prometer demasiado, pero siempre diciendo la verdad para no crear falsas expectativas.
9. Apoyar al paciente en la toma de decisiones para conseguir su objetivo ante la vida.
10. Nunca decir: "Ya no hay nada más por hacer".

legirá los elementos terapéuticos que considere más necesarios según el estado y las características del paciente.

Una nutrición óptima, la estimulación del sistema inmunitario, suplementos nutricionales y apoyo psicológico adecuado, pueden contribuir a dar el estímulo necesario al organismo para favorecer una respuesta positiva en personas afectadas por esta enfermedad. Cada caso necesita un tratamiento individual y un enfoque global que el médico, bien instruido en restablecer la salud por los métodos naturales, puede y debe plantear a sus pacientes.

Referencias bibliográficas

Aguilar M. La dieta vegetariana. Madrid: Ed. Temas de Hoy, 1992.

Asociación médica Kousmine. El método Kousmine. Barcelona: Ed. Urano, 1989.

Bayes R. Psicología y cáncer. Psicología y salud. Seminario Salud y Sociedad. Barcelona: Fundación Caixa de pensions, 1983.

Bayes R. Psicología y cáncer. De: Martínez Roca. Barcelona.

Casado Martín J. Bases para la prevención primaria del cáncer.

Natura Medicatrix 1988;18:19-25.

Catalán Fernández JG. Problemas psicológicos de los pacientes cancerosos. Oncología 1980; VII/284:57-67.

Colbin A. El poder curativo de los alimentos. Barcelona: Ed. Robin Book, 1993

Cooper K. La revolución de los antioxidantes. Barcelona: Ed. Martínez Roca, 1995.

Chacon F. Medicaciones para el cáncer. Natura Medicatrix 1989; 21:32-4.

Desire M. Los fundamentos de la higiene vital. Palma Mallorca: Ed. Puertas Abiertas.

Díaz-Rubio, Duque Amusco, García Conde. Tratamiento sintomático del paciente canceroso.

Embid A. Lo que aún no le han contado sobre el cáncer. Barcelona: Ed. Integral, 1983.

Epstein G. Visualización curativa. Barcelona: Ed. Robin book, 1991.

Florez-Lozano. Cáncer y personalidad. El médico 1985;Dic: 33-41.

Florez-Lozano. El miedo al cáncer. El médico 1985;Mar: 39-50.

Gawler I. Usted puede vencer el

- cáncer. Málaga: Ed.Sirio, 1988.
- Germá Lluch JR. Atención primaria y oncología. *Natura Medicatrix* 50(1155):7-47.
- González- Baron M. Oncología clínica. Madrid: Ed. Interamericana, 1992.
- Hahnemann S. Organon de la medicina. Santiago de Chile: Ed. Hochstetter, 1990.
- Ibáñez E, Andreu Y. Calidad de vida y psicología oncológica. *Anuario de psicología* 1988;38.
- Investigación y ciencia. El cáncer. Barcelona: Prensa científica (libro), 1985.
- Joyeux H. Alimentación y cáncer. Madrid: Ed. Edaf, 1987.
- Kohler B. La terapia regeneradora matricial en enfermedades crónicas y oncología. *Natura Medicatrix* 1993;33:18-21.
- Kousmine C. Salve su cuerpo. Buenos Aires: Ed. Vergara, 1988.
- Lain Entralgo P. Medicina Hipocrática. Madrid: Ed.Alianza, 1970.
- Lutzner H. Métodos naturistas de curación. *Natura Medicatrix* 1987;15:29.
- Matthew-Simonton S, Simonton C. Recuperar la salud. Madrid: Ed. Los libros del comienzo, 1994.
- Mira Gutiérrez J. Aspectos inmunológicos de la patología tumoral. *Gaceta médica de Bilbao* 1975;72(11).
- Molina T. Terapéutica nutricional. *Natura Medicatrix* 40;14-24.
- Odent M. La salud y los ácidos grasos esenciales. Barcelona: Ed.Urano, 1991.
- Ortiz Zabala M. Psicología y cáncer. *Jano* 1987;33(783):57-62.
- Ostchega Y, Graetz Jacob J. Seguridad, una palabra clave para el enfermo canceroso. *Nursing* 1985;Ene:17-21.
- Pearl I. Una aproximación holística al cáncer. *Nat.medica-trix* 1987;16:4-8.
- Pelton R, Overholser L. Las alternativas en la terapia del cáncer. Madrid: Ed. Edaf.
- Roser Vila. Inmunomoduladores y fitoterapia antineoplásica. Máster Medicina Naturista. Barcelona, Mayo 1996.
- Rubenstein E. Federman D. Oncología. Madrid: Ed. Científico-Médica Latinoamericana.
- Santana S. El factor nutricional en el origen del cancer y la leucemia. *Natura Medicatrix* 1994; 36:30-2.
- Saz Peiro P. Dieta vegetariana en la prevención y tratamiento del cáncer. *Natura Medicatrix* 1992; 30:13-5.
- Saz Peiro P. Introducción al ayuno terapéutico. Zaragoza: Cometa S.A., 1994
- Schavelzon J, Bleger J. Psicología y cáncer. Argentina: Ed. Paidós.
- Schmitt Lora W. Tratamiento antitumoral con plantas medicinales. *Natura Medicatrix* 1991; 25:37-9.
- Serra Majem LI. Aranceta Bartrina J. Dieta y cáncer: perspectiva epidemiológica. *Jano* 1990; 4(1):13-26.
- Shelton HM. La cura natural del cáncer. Madrid: Ed. Paraninfo, 1963.
- Siguel E. Efecto cancerostático de las dietas vegetarianas". *Natura Medicatrix* 1985;8:9-13.
- Silva Jaramillo P. Tratamiento naturista del cáncer. Master Medicina Naturista. Barcelona, 1995.
- Tresillian Fere M. Prevención y tratamiento del cáncer por la dieta. Madrid: Ed. Edaf.
- Vallejo Rodriguez L. El cáncer y los intereses creados. Madrid Edigrafos, 1993.
- Vasey C. Curación y vitalidad por el equilibrio ácido-básico. Barcelona: Ed. Urano, 1992.
- Vasey C. Las toxinas: cómo eliminarlas del organismo. Barcelona: Ed. Urano, 1994.
- Volker Zur Linden. Cuide naturalmente su sistema inmunitario. Barcelona: Ed. Integral, 1990.