

**El apoyo psicológico y social proporcionado por el entorno es un pilar fundamental**

## **LA CALIDAD DE VIDA DE LOS PACIENTES CON CÁNCER NO SÓLO DEPENDE DEL CUIDADO MÉDICO**

- **El paciente oncológico debe saber que no está solo y que existen personas en la misma situación que han superado problemas semejantes.**
- **europacolon, con delegación en más de once países, es la primera y única organización de pacientes que trabaja a nivel europeo por y para la prevención del cáncer colorrectal.**

**Madrid, 16 de julio de 2008.-** La comunicación es considerada ya una herramienta terapéutica esencial en oncología. De ella, dependen la aceptación de la enfermedad por parte del paciente, su autoestima, el seguimiento del tratamiento, el control de los síntomas y en definitiva, su calidad de vida. Consciente de esta situación, europacolon España, la primera asociación de pacientes con cáncer colorrectal de nuestro país, apuesta por el apoyo incondicional de la familia. Es necesario que todos los miembros conozcan la enfermedad para poder enfrentarse a ella con el fin de mejorar la calidad asistencial de los pacientes oncológicos.

“Con el diagnóstico de cáncer, se produce un giro de ciento ochenta grados en las funciones y rutinas de la familia. Este cambio no sólo afecta al paciente, sino que repercute en el entorno, amigos, trabajo, familia”, explica Carlos Hué, vicepresidente de europacolon España. Cada persona tiene una forma diferente de lidiar con la noticia de que un ser querido tiene cáncer. Muchas personas reaccionan con un choque, incredulidad e inclusive con rabia cuando les dan la noticia por primera vez. Debemos tener en cuenta que no hay una manera "correcta" de sentirse con respecto al diagnóstico. Una de las mejores formas para que las familias expresen sus sentimientos es compartirlos los unos con los otros. En este sentido, muchos pacientes no quieren molestar a su familia y amigos con preocupaciones o miedos acerca de su enfermedad. Ocultan la verdad con la esperanza de librarlos del dolor. “El paciente tiene miedo de hablar con sus parientes acerca de su enfermedad, y ellos no saben cómo ocuparse de la situación. La falta de comunicación causa una mayor tensión en las relaciones personales y es un handicap en la capacidad de afrontamiento de la enfermedad” – comenta Hué.

### **Un buen estado de ánimo mejora la respuesta terapéutica**

Para el paciente con cáncer, el apoyo de su familia es básico, y no solo porque le ayuda a mejorar la calidad de vida que tendrá durante el curso de su enfermedad, sino porque un estado emocional adecuado puede mejorar la respuesta terapéutica. Evitar situaciones de estrés asociado hacen más llevaderas las reacciones y síntomas propios de la patología y mejoran la eficacia de los tratamientos recibidos. “De la misma manera que aparecen efectos secundarios en el organismo, también se sufren cambios en el estado de ánimo mientras se recibe el tratamiento. Tener miedo, sentirse angustiado o deprimido es bastante habitual, entre otras cosas por los cambios en las actividades diarias, por ejemplo, adaptar los horarios a las sesiones programadas” - explica el vicepresidente de la asociación.

Normalmente el impacto del diagnóstico, los efectos secundarios de los tratamientos y los forzados cambios en la vida cotidiana afectan, en algunos momentos y en grado variable, a la afectividad y la sexualidad de la pareja. Para tener una buena comunicación es necesario estar en un estado receptivo, es decir, estar dispuesto no solamente a ser escuchado, sino a escuchar. Además de la palabra hablada y escrita nos comunicamos a través de los gestos, de la postura física, del tono de voz, o de los momentos que elegimos para hablar.

Es importante recordar que la pareja también sufre y puede experimentar, entre otros, sentimientos de miedo, rabia, negación, ansiedad ante el futuro, etc. Una buena y eficiente comunicación entre ambos es elemento clave para mejorar las relaciones y calidad de vida. “Compartir honestamente pensamientos y sentimientos ayuda a mejorar la relación de pareja”- Carlos Hué Hay ocasiones en las que una persona necesita tomarse un tiempo para procesar sus preocupaciones y sentimientos a su manera y prefiere no comunicarse en ese momento. “Algunas veces la mejor forma de comunicarse es simplemente escuchando: escuchar es también una forma de mostrar que estamos a su lado; otras, incluso, estando junto a la otra persona en silencio. Lo importante no son las palabras, sino sentirse acompañados” – añade Carlos Hué.

### **Sin olvidarse del médico**

Establecer una buena y efectiva comunicación con su médico es muy importante ya que ambos necesitan una información clara y concisa para planificar el cuidado y tratamiento. Este trabajo en equipo ayudará a obtener unos resultados óptimos con el tratamiento. Para obtener la mejor atención que el médico puede dar al afectado, es necesario que se establezca un alto grado de comunicación, de empatía, entre paciente y facultativo. Cuanta más información tenga el médico sobre el estado físico y anímico, mejor podrá ayudar en el proceso de su enfermedad.

El cáncer es una enfermedad importante, pero no todas las personas que tienen cáncer fallecen por esa enfermedad. Millones de personas que viven actualmente tienen una historia de cáncer. Para algunos de ellos, el cáncer se convirtió en un problema de salud crónico, como la hipertensión o la diabetes, para otros, como Carlos Hué, ni siquiera eso. Para la mayoría de las personas con cáncer, vivir con la enfermedad es el mayor desafío al que se han enfrentado. “La enfermedad cambia las rutinas, los roles y las relaciones, pero no cambia a las personas. En muchos casos, la enfermedad puede ser una oportunidad para dar más valor a la vida, a las cosas, y sobre todo, a las personas”- concluye.

### **europacolón**

europacolón es una organización independiente y sin ánimo de lucro, fundada en el año 2004 con el objetivo de concienciar sobre el cáncer colorrectal e involucrar a todos los europeos en la lucha contra la enfermedad. En este sentido, europacolón España, en línea con los objetivos de la organización europea aboga por mejorar la calidad de vida de los pacientes con esta patología. Por ello, han dejado claro que es necesario no sólo contar con el apoyo de la ciudadanía para poder trasladar sus necesidades a las administraciones, sino también transmitir a los afectados y sus familiares que el cáncer es una enfermedad que se puede vencer.

europacolón España es la primera asociación de pacientes de cáncer colorrectal en nuestro país. Fundada en septiembre de 2006 al amparo de la organización europacolón, tiene como fin último fomentar, desarrollar y promover, sin ánimo de lucro, la mejora de la calidad de vida y el bienestar de las personas que padecen cáncer colorrectal, así obtener y difundir la máxima y más actualizada información sobre la enfermedad, tanto en materia de prevención (riesgos), detección precoz (síntomas) tratamiento y control, como en relación con los aspectos clínicos o experimentales.

Desde europacolón España se trabaja para lograr que el cáncer colorrectal se detecte precozmente, que se conozca la enfermedad y sus posibilidades de prevención, se reduzcan los índices de mortalidad por esta causa y también para defender los intereses de los pacientes y sus familiares. Tiene a disposición de los pacientes un número de teléfono (91 344 92 39) y una página web ([www.europacolonespana.org](http://www.europacolonespana.org)).

**Información para prensa: Silvia Muñoz / Paz Romero Tel.: 91.787.30.00**

**Información para pacientes: Tel. 913 449 239. [www.europacolonespana.org](http://www.europacolonespana.org)**