



# MEJORES PRÁCTICAS

Hoja de Información Basada en la Evidencia para Profesionales de la Salud

## Estrategias para promover el afrontamiento y la resiliencia en Enfermeros de Oncología y Cuidados Paliativos que atienden a pacientes oncológicos adultos.

### Recomendaciones\*

- Los profesionales de enfermería que trabajan en oncología o cuidados paliativos deben de recibir apoyo de organizaciones en forma de capacitaciones para el desarrollo de habilidades y conductas de afrontamiento y resiliencia en foros seguros y protegidos que brinden oportunidades para compartir experiencias e información, así como acceso a otro tipo de apoyo psicológico (**Grado A**).
- Los profesionales de enfermería deben de tomar enfoques proactivos para hacer frente y aplicar estrategias en la solución de problemas, el auto control, la búsqueda de ayuda y el desarrollo de actitudes positivas y expectativas realistas de sus pacientes (**Grado A**).

\*Para ver la definición de los "Grados de Recomendaciones" de JBI visite: <https://jbi.global/jbi-approach-to-EBHC>.

### Fuente de Información

Esta Hoja de Información para Mejores Prácticas, es un resumen de evidencia derivada de una revisión sistemática publicada en 2015 en la base de datos de EBP del JBI.<sup>1</sup>

### Antecedentes

Los profesionales de enfermería que trabajan en entornos de oncología y cuidados paliativos experimentan una gran cantidad de estrés por una serie de razones, como la exposición frecuente a dilemas morales y éticos con respecto al manejo del paciente, la naturaleza intensiva y compleja del tratamiento, las muertes, el sufrimiento y el duelo familiar. El estrés puede traer graves consecuencias para su salud física y psicológica, lo que a su vez puede influir en la seguridad del paciente, el ausentismo y la rotación del personal. La capacidad para hacer frente y desarrollar la resiliencia es, por lo tanto, esencial para los profesionales de enfermería de oncología y cuidados paliativos que inevitablemente se encuentran con estrés y desafíos significativos en el lugar de trabajo. El afrontamiento se define como la capacidad de manejar o minimizar los efectos adversos de las demandas consideradas como superiores a la capacidad de un individuo, mientras que la resiliencia es la capacidad de un individuo para utilizar estrategias que le permitan afrontar y crecer como resultado del estrés o la adversidad.

Brindar oportunidades para que los profesionales de enfermería aprendan a afrontar de manera eficaz y desarrollar resiliencia, es beneficioso para su salud y bienestar y puede reducir la prevalencia del agotamiento laboral o "Burnout" así como la angustia psicológica que se reporta comúnmente en el personal que está en atención oncológica.

### Objetivos

El propósito de esta Hoja de Información para Mejores Prácticas es presentar la mejor evidencia disponible con respecto a las experiencias de profesionales de enfermería que trabajan en entornos de oncología y cuidados paliativos y las estrategias para afrontar y desarrollar la resiliencia para minimizar el estrés.

### Tipos de intervención

Esta revisión incluyó estudios que exploraron la experiencia de los profesionales de enfermería en el cuidado de los pacientes y los diferentes factores que influyen en su afrontamiento y resiliencia. La revisión también incluyó estudios que examinaron estrategias personales y organizativas para promover el afrontamiento y la resiliencia en los profesionales de enfermería que trabajan en oncología o en contextos de cuidados paliativos.

### Calidad de la Investigación

La revisión incluyó ocho estudios cualitativos (cinco teorías fundamentadas, tres fenomenológicas), ocho estudios cuantitativos (un ensayo controlado aleatorizado, dos estudios pre-post y cinco estudios transversales) y cuatro estudios de métodos mixtos. Todos los estudios fueron evaluados por dos revisores independientes utilizando herramientas y criterios de evaluación estandarizados. Se utilizaron instrumentos estandarizados para extraer datos relevantes de los estudios incluidos.

## Estrategias para promover el afrontamiento y la resiliencia en Enfermeros de Oncología y Cuidados Paliativos que atienden a pacientes oncológicos adultos.

### Resultados

Veinte estudios que constaron de ocho estudios cuantitativos, ocho cualitativos y cuatro de métodos mixtos, publicados entre 1994 y 2012, fueron incluidos en la revisión. Estos estudios se realizaron en Australia, Canadá, Estados Unidos de América, Gales, Italia, Taiwán, Suecia y Portugal. El número de participantes en los estudios cuantitativos (incluido el componente cuantitativo de los estudios de métodos mixtos) varió de entre 30 a 563, mientras que los participantes en los estudios cualitativos (incluido el componente cualitativo de los estudios de métodos mixtos) varió de entre 6 a 19. Los profesionales de enfermería que participaron en los estudios trabajan en diversos entornos hospitalarios, como unidades de hematología, unidades de cáncer de mama, unidades de oncología médico/quirúrgica, unidades de cuidados paliativos, unidades mixtas de oncología y cuidados paliativos, así como en entornos comunitarios.

Los hallazgos de los estudios cualitativos se agruparon en tres temas: (1) factores internos que promueven el afrontamiento y la resiliencia, (2) estrategias de afrontamiento personal y (3) estrategias organizacionales para apoyar el afrontamiento y la resiliencia. Los factores internos que influyeron en el afrontamiento y la resiliencia individual de los profesionales de enfermería estuvieron relacionados con su motivación para seguir una carrera en el cuidado del cáncer, su compromiso de brindar un alto nivel de atención, el grado de satisfacción de las experiencias íntimas compartidas con los pacientes, su compromiso de conectarse con el paciente para formar una relación terapéutica, así como sus actitudes y valores positivos en general. Las estrategias de afrontamiento personal incluyeron el establecimiento de límites en las relaciones con los pacientes y sus familias, el uso de estrategias emocionales (por ejemplo, charlar con colegas, humor y risas) y procesos cognitivos (por ejemplo, reflexión y meditación), reconociendo la muerte como una parte inevitable del cuidado en el contexto paliativo y el desarrollo de expectativas y aceptaciones realistas. Las estrategias organizativas se describieron en términos de apoyo informal a través de relaciones de equipo positivas, así como apoyo formal que incluía la creación de un entorno seguro para compartir historias, experiencias y la provisión de educación y capacitación para manejar el estrés.

Los resultados de la mayoría de los estudios cuantitativos (estudios transversales y el componente cuantitativo de los estudios de métodos mixtos) describieron estrategias comúnmente utilizadas por los profesionales de la enfermería para desarrollar la resiliencia y hacer frente al estrés asociado con el cuidado de pacientes de oncología y cuidados paliativos. Estas estrategias típicamente incluían reevaluación positiva (es decir, centrarse en el crecimiento personal para crear significado), resolución de problemas (es decir, esfuerzo deliberado para modificar situaciones estresantes), buscar apoyo social, interrogatorio entre compañeros, mantener el autocontrol y la auto-trascendencia. La auto-trascendencia se describió como el proceso de encontrar un significado a la vida y la muerte que permite que se desarrolle una nueva comprensión y contribuya al afrontamiento y la resiliencia de un individuo. Tres estudios cuantitativos evaluaron la efectividad de las organizaciones que puede ayudar con el afrontamiento y la resiliencia en los profesionales de enfermería de oncología y cuidados paliativos.

Un estudio pre-post examinó la efectividad de un programa de educación psicológica de estrategias de autocuidado que incluía relajación y entrenamiento con imágenes guiadas. Se observó una reducción significativa en los puntajes de agotamiento emocional

( $p < 0.0005$ ) y despersonalización ( $p < 0.0005$ ) en los profesionales de enfermería que recibieron el programa de 6 horas. Otro estudio pre-post evaluó el impacto de un programa de resiliencia a la fatiga de cinco semanas de duración, el cual brindó educación sobre los factores que contribuyen al estrés crónico, los efectos adversos del estrés en la función cognitiva y conductual y brindó técnicas para desarrollar la resiliencia personal. Se observó una mejora significativa en la angustia subjetiva ( $p < 0.01$ ) y la fatiga por compasión ( $p < 0.05$ ). Un ensayo controlado aleatorizado, evaluó los efectos a corto plazo de un programa de autoayuda para el manejo del estrés mediante la inoculación del estrés con el apoyo de la tecnología de telefonía móvil. Se demostró una reducción continua y significativa de la ansiedad en el grupo de intervención ( $p < 0.0001$ ) sin cambios evidentes en el grupo de control. El grupo de intervención también mostró un aumento significativo en el afrontamiento activo y una reducción en la negación de situaciones críticas o estrés después de la inoculación de estrés ( $p = 0.0001$ ).

El análisis y la integración de los hallazgos cualitativos y los resultados cuantitativos se describieron desde cuatro perspectivas: medidas preventivas, medidas de control, desahogo y liberación, crecimiento y progresión. El estrés inherente asociado con el trabajo en oncología y cuidados paliativos requiere atender la necesidad de contar con medidas preventivas para mantener el bienestar psicológico de los profesionales de enfermería. Las estrategias personales para mantener el equilibrio entre la vida laboral, personal y las rutinas de autocuidado, así como las estrategias de las organizaciones, como la capacitación regular para desarrollar conductas de autocuidado y actitudes positivas, son medidas preventivas para afrontar la situación y desarrollar la resiliencia. Las estrategias personales para mantener el equilibrio entre la vida laboral, personal y las rutinas de cuidado personal, serían como la organización basada en estrategias, como un entrenamiento regular para desarrollar un comportamiento de autocuidado y actitudes positivas, son medidas preventivas para hacer frente a desarrollar la resiliencia. Cuando los eventos no pueden evitarse o controlarse, las técnicas conductuales o psicológicas que cambian la forma en que las personas interpretan o responden a un evento desafiante, pueden ser una forma eficaz de obtener control sobre los sentimientos (experiencia subjetiva) y los pensamientos (respuesta cognitiva). El estrés en el trabajo puede aumentar invariablemente y la capacidad de liberarse de los pensamientos y emociones relacionados con el trabajo, se convierte en un componente clave para afrontarlo. Buscar el apoyo de los compañeros como un medio para "desahogarse" y "dejar ir" las emociones negativas puede resultar útil. La construcción de este apoyo dentro de las organizaciones puede facilitar el desarrollo de relaciones positivas y enriquecedoras con los compañeros, que promueven el afrontamiento personal y la resiliencia. Mantener el bienestar personal y la longevidad en los entornos de atención del cáncer requiere que las personas acepten la responsabilidad de desarrollar habilidades, conocimientos, actitudes y comportamientos que fomenten el afrontamiento personal y la resiliencia. A través de la reflexión, las personas adquieren conocimientos o comprensión que les permiten identificar enfoques nuevos o alternativos, donde pueden desarrollar la resiliencia y mejorar el afrontamiento en el futuro.

**Estrategias para promover el afrontamiento y la resiliencia en Enfermeros de Oncología y Cuidados Paliativos que atienden a pacientes oncológicos adultos.**



**Figura 1:** Estrategias para promover el afrontamiento y la resiliencia en profesionales de enfermería de oncología y cuidados paliativos que atienden a pacientes oncológicos adultos.

<b>Participantes</b>	Un participante/actor. Ej. Un profesional de la Salud específico, un grupo de pacientes o cuidador. Puede incluir presentación.	<b>Acción</b>	Una acción sugerida que puede tomarse, así como su grado de recomendación.
<b>Condición/diagnóstico o presentación</b>	Una condición o diagnóstico. Ej. "Herida aguda" o una condición específica que haya surgido.	<b>Contexto</b>	Un contexto o simulación específica. Ej. "Sala de urgencias" o "clínica remota de salud".

## Estrategias para promover el afrontamiento y la resiliencia en Enfermeros de Oncología y Cuidados Paliativos que atienden a pacientes oncológicos adultos.

### Referencias

1. Gilman L, Adams J, Kovac R, Kilcullen A, House A, Doyle C. Strategies to promote coping and resilience in oncology and palliative care nurses caring for adult patients with malignancy: a comprehensive systematic review. JBI EBP Database 2015; 13(5): 131-204.

### Autores

Lucylynn Lizarondo<sup>1</sup>

Lucia Gillman<sup>2</sup>

Jillian Adams<sup>2</sup>

Robyn Kovac<sup>3</sup>

Anne Kilcullen<sup>3</sup>

Anita House<sup>3</sup>

Claire Doyle<sup>3</sup>

1. JBI, Faculty of Health and Medical Sciences, The University of Adelaide, Adelaide, Australia

2. Royal Perth Hospital a JBI Evidence Synthesis Group, affiliated with the Western Australian Centre for Evidence Informed Healthcare Practice (WACEIHP): an Affiliate Centre of the JBI, Western Australia, Australia

3. Royal Perth Hospital, Western Australia, Australia

### Autores de traducción al español

Nancy Evelyn Navarro-Ruiz<sup>1</sup>

Ana Lilia Fletes-Rayas<sup>2</sup>

1. Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. Jalisco, México.

2. Departamento de Enfermería Clínica Integral Aplicada, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. Jalisco, México.

### Agradecimientos

Esta Hoja de Información sobre Mejores Prácticas fue desarrollada por el Joanna Briggs Institute, así mismo, ha sido revisada por personas nominadas de los Centros de la Colaboración Internacional Joanna Briggs.

### Cómo citar esta Hoja de Información sobre Mejores Prácticas:

Lizarondo L, Gilman L, Adams, R, Kovac R, Kilcullen A, House A and Doyle C. [Best Practice Information Sheets] Strategies to promote coping and resilience in oncology and palliative care nurses caring for adult patients with malignancy. JBI EBP Database.



This Best Practice Information Sheet was developed by JBI and derived from the findings of a single systematic review published in JBI Evidence Synthesis. Each Best Practice Information Sheet has undergone a two stage peer review by nominated experts in the field.

**Note:** The information contained in this Best Practice Information Sheet must only be used by people who have the appropriate expertise in the field to which the information relates. While care has been taken to ensure that this Best Practice Information Sheet summarizes available research and expert consensus, any loss, damage, cost or expense or liability suffered or incurred as a result of reliance on this information (whether arising in contract, negligence, or otherwise) is, to the extent permitted by law, excluded.

Copyright © 2020, JBI, Faculty of Health and Medical Sciences, The University of Adelaide, SA 5006, AUSTRALIA

Phone: +61 8 8313 4880 Email: [jbi@adelaide.edu.au](mailto:jbi@adelaide.edu.au) | <https://jbi.global>