

Rehabilitación funcional en pacientes oncológicos: una perspectiva desde la Terapia Ocupacional

Sara Tatiana Terán Cerón

Estudiante de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Ginna Marcela Ardila Villareal

Profesora de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

La rehabilitación funcional es un componente esencial en la atención oncológica; está diseñado para mejorar la calidad de vida de los pacientes a través de la optimización de su funcionalidad física y emocional. El cáncer y sus tratamientos pueden llevar a una serie de complicaciones que afectan la capacidad del paciente para llevar a cabo actividades diarias, incluyendo la fatiga relacionada con el cáncer (FRC), dolor, debilidad muscular y limitaciones en la movilidad (Covarrubias y Muñoz, 2010).

El impacto del cáncer en la funcionalidad del paciente es significativo y multifacético; los pacientes oncológicos, a menudo experimentan una serie de efectos secundarios derivados de la enfermedad y de sus tratamientos, que incluyen la fatiga, dolor crónico, debilidad muscular y limitaciones en la movilidad; estos efectos pueden alterar drásticamente su capacidad para realizar actividades cotidianas y, en última instancia, su calidad de vida (Covarrubias y Muñoz, 2010). Por ende, la FRC es una de las manifestaciones más prevalentes en pacientes oncológicos que, no solo afecta su energía y resistencia, sino que influye en su capacidad para realizar tareas diarias, afectando tanto la vida personal como profesional (Peñas-Felizzola et al., 2018). Por otro lado, un estudio reciente reveló que el 75,27 % de los pacientes con tumores sólidos en quimioterapia experimentaron FRC, y esta fatiga tuvo un impacto significativo en su capacidad para realizar actividades diarias (Covarrubias y Muñoz, 2010). Además de la fatiga, los tratamientos como la quimioterapia y la radioterapia pueden provocar efectos secundarios que afectan la movilidad y la funcionalidad; estos incluyen debilidad muscular, dolor y disminución del rango de movimiento que, en conjunto, pueden llevar a una disminución en la calidad de vida (Rijpkema et al., 2018).

Al respecto, la rehabilitación funcional es esencial para pacientes oncológicos, ya que implica una serie de estrategias diseñadas para abordar los diversos desafíos que enfrentan; estas incluyen ejercicio físico, terapia ocupacional (TO), manejo del dolor y apoyo psicosocial, entre otras. A continuación, se detalla estas estrategias:

El ejercicio físico es una estrategia fundamental en la rehabilitación funcional. Los programas de ejercicio diseñados específicamente para pacientes oncológicos pueden mejorar la fuerza, la resistencia y la movilidad. La actividad física regular ayuda a contrarrestar la debilidad muscular y la fatiga, mejora la función cardiovascular y promueve el bienestar general (Peñas-Felizzola et al., 2018). Los estudios han demostrado que el ejercicio moderado y supervisado puede ser beneficioso para mejorar la capacidad funcional y reducir los efectos

secundarios del tratamiento del cáncer; por ejemplo, programas de ejercicio aeróbico y de resistencia han mostrado ser efectivos en la mejora de la fatiga y la calidad de vida de los pacientes (Rijpkema et al., 2018).

Así, la TO desempeña un papel fundamental en la rehabilitación funcional, al abordar las limitaciones específicas que enfrentan los pacientes oncológicos; se centra en ayudarles a realizar actividades diarias de manera más efectiva y eficiente; esto incluye la adaptación del entorno, el uso de dispositivos de asistencia y la capacitación en técnicas para realizar actividades de la vida diaria (Agorreta et al., 2014).

Peñas-Felizzola et al. (2018) refieren que este proceso se lleva a cabo a partir de cuatro fases, que pueden ser abordadas desde TO:

- **Fase preventiva:** la TO busca reducir el impacto de las incapacidades y mantener la autonomía del paciente; esto puede incluir la educación sobre estrategias para manejar la fatiga y las limitaciones físicas.
- **Fase restaurativa:** el objetivo principal es ayudar a los pacientes a recuperar su funcionalidad a su nivel previo a la enfermedad; esto puede implicar la terapia para mejorar la movilidad y la fuerza, así como la adaptación de técnicas para realizar tareas cotidianas.
- **Fase de soporte:** la TO proporciona ayudas y productos de apoyo adaptados a las necesidades cambiantes del paciente a medida que avanza la enfermedad; esto incluye la evaluación y la adaptación del entorno, para mantener su independencia.
- **Fase paliativa:** en esta etapa, la intervención de TO se enfoca en mantener una calidad de vida óptima y proporcionar apoyo emocional tanto al paciente como a sus familiares. La TO ofrece estrategias para el manejo de síntomas y la adaptación al entorno.
- **Reducción de la dependencia:** al mejorar la funcionalidad y la autonomía, la rehabilitación funcional puede reducir la dependencia de los pacientes de cuidadores y familiares; esto puede aliviar la carga sobre los seres queridos y fomentar una mayor independencia del paciente (Agorreta et al., 2014).
- **Prevención de complicaciones:** la rehabilitación funcional también puede ayudar a prevenir complicaciones asociadas con el cáncer y sus tratamientos, como la atrofia muscular y la pérdida de movilidad. La intervención temprana y continua puede reducir el riesgo de complicaciones y mejorar la recuperación del paciente (Rijpkema et al., 2018).
- **Apoyo emocional:** el apoyo emocional proporcionado a través de la rehabilitación funcional puede mejorar el bienestar psicológico del paciente, al abordar tanto los aspectos físicos como emocionales de la enfermedad; los pacientes pueden experimentar una mayor estabilidad emocional y una mejor capacidad para afrontar los desafíos (Peñas-Felizzola et al., 2018).

Es importante abordar el manejo del dolor y otros síntomas, ya que es una parte integral de la rehabilitación funcional; el dolor crónico y otros efectos secundarios del tratamiento pueden ser debilitantes y afectar significativamente la capacidad del paciente para realizar actividades diarias, por lo cual las estrategias para el manejo del dolor pueden incluir la terapia física, el uso de medicación y técnicas de relajación (Rijpkema et al., 2018).

El apoyo psicosocial que se brinda a los pacientes oncológicos es esencial para la rehabilitación funcional, ya que el cáncer y sus tratamientos pueden tener un impacto emocional y psicológico significativo. La intervención psicosocial puede incluir terapia emocional, asesoría y apoyo grupal; el objetivo es ayudar a los pacientes a afrontar el estrés asociado con la enfermedad y mejorar su bienestar emocional (Peñas-Felizzola et al., 2018). La rehabilitación funcional ofrece numerosos beneficios para los pacientes oncológicos; entre ellos se destaca:

- **Mejora de la calidad de vida:** puede mejorar significativamente la calidad de vida de los pacientes al permitirles realizar actividades diarias de manera más efectiva y reducir el impacto de la fatiga y el dolor. Al abordar las limitaciones físicas y emocionales, los pacientes pueden experimentar una mayor satisfacción y bienestar general (Covarrubias y Muñoz, 2010).

Por último, es esencial conocer algunas de las barreras de los pacientes oncológicos; una de las principales en la rehabilitación funcional de pacientes oncológicos es la limitación de recursos disponibles. La disponibilidad de servicios y recursos de rehabilitación puede variar considerablemente entre diferentes entornos y regiones; esta limitación puede restringir el acceso de los pacientes a intervenciones necesarias y, en consecuencia, afectar la calidad del tratamiento que reciben (Rijpkema et al., 2018). La falta de infraestructura adecuada, equipos y personal especializado puede dificultar la implementación efectiva de programas de rehabilitación, lo cual es crucial para el manejo adecuado de la funcionalidad y la calidad de vida de los pacientes.

Igualmente, la falta de conciencia y educación sobre la importancia de la rehabilitación funcional y la TO representa una barrera significativa; tanto los pacientes como los profesionales de la salud, a veces carecen de conocimiento acerca de los beneficios de la rehabilitación funcional; esta deficiencia en la educación puede limitar la implementación y la integración de intervenciones en los planes de tratamiento oncológico; de ahí que, aumentar la educación y la conciencia sobre los beneficios de la rehabilitación funcional es esencial para mejorar la adopción de estas prácticas y, en última instancia, mejorar los resultados para los pacientes (Peñas-Felizzola, et al., 2018).



Otra barrera significativa es la variabilidad en las necesidades individuales de los pacientes; la implementación de programas de rehabilitación funcional puede ser desafiante debido a las diferencias en las condiciones, necesidades y respuestas de cada paciente. Un enfoque personalizado es ineludible para abordar las necesidades específicas de cada paciente y adaptar las intervenciones a sus condiciones particulares; esta variabilidad requiere un enfoque flexible y adaptativo por parte de los profesionales de la salud, para asegurar que las intervenciones sean efectivas y adecuadas para cada individuo (Agorreta et al., 2014).

A pesar de los desafíos mencionados, la rehabilitación funcional sigue siendo un componente esencial en el tratamiento integral de pacientes oncológicos; la implementación efectiva de estrategias como el ejercicio físico, la TO y el manejo del dolor puede mejorar significativamente la funcionalidad y la calidad de vida de los pacientes. Superar las barreras relacionadas con la falta de recursos, la falta de conciencia y las necesidades individuales es crucial para optimizar los resultados en la rehabilitación funcional; se recomienda continuar con la investigación y fomentar la educación sobre estas intervenciones para mejorar su integración y efectividad en el tratamiento oncológico.

Referencias

- Agorreta, E., Fernández, R., Durán, P. y Edurne, E. (2014). *Intervención del terapeuta ocupacional en la atención a personas con cáncer en Navarra. Intervención en oncología desde terapia ocupacional*. Colegio de Terapeutas ocupacionales de Navarra.
- Covarrubias, E. A. y Muñoz, J. (2010). *Percepción del nivel de fatiga relacionada al cáncer y funcionalidad en pacientes oncológicos con tumores sólidos sometidos a quimioterapia en la Fundación Arturo López Pérez* [Tesis de pregrado, Universidad de Chile]. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/117189>
- Peñas-Felizzola, O. L., Parra-Esquivel, E. I. y Gómez-Galindo, A. M. (2018). Terapia ocupacional en oncología: experiencias en prácticas académicas y revisión de literatura. *Revista de Salud Pública*, 20, 45-52. <https://doi.org/10.15446/rsap.v20n1.62227>
- Rijpkema, C., Van Hartingsveldt, M., & Stuiver, M. M. (2018). Occupational therapy in cancer rehabilitation: going beyond physical function in enabling activity and participation. *Expert Review of Quality of Life in Cancer Care*, 3(1), 1-3. <https://doi.org/10.1080/23809000.2018.1438844>