PERLAS

TCC: tratamiento efectivo para síntomas menopáusicos

Evalúan la efectividad de la terapia cognitivo-conductual para los síntomas menopáusicos después del tratamiento contra el cáncer de mama.

Fuente: National Cancer Research Institute Cancer Conference; Birmingham, UK: 4-7 October 2009

Week 41 - 20 Oct 2009

MedWire News*:* Los resultados de un estudio muestran que la terapia cognitivo-conductual (TCC) es efectiva para tratar los síntomas menopáusicos en las mujeres que se han sometido a tratamiento contra el cáncer de mama.

Los resultados sugieren que la TCC podría resultar una opción para todas las mujeres que atraviesan la menopausia y podría servir de complemento del tratamiento estándar.

Eleanor Mann (King's College London, Reino Unido) y colaboradores evaluaron un formulario adaptado de TCC para los síntomas menopáusicos en 24 mujeres que habían completado un tratamiento contra el cáncer de mama activo.

Se solicitó a las mujeres que llevaran un diario de síntomas día a día durante 2 semanas y luego se les asignaron seis sesiones semanales de 90 minutos de TCC grupal, las que incluyeron información, discusión, respiración rítmica, y TCC para reducir el estrés y controlar los sofocos, las sudoraciones nocturnas y el sueño.

Al momento de control a los 3 meses, los sofocos y las sudoraciones nocturnas habían disminuido significativamente, con una reducción del 49 y del 59 por ciento en la frecuencia y en la calificación de problema, respectivamente.

El estado de ánimo deprimido, la ansiedad y el sueño mejoraron, tal como el funcionamiento del rol emocional y la vitalidad. Asimismo, las ideas negativas sobre los sofocos y las sudoraciones nocturnas también disminuyeron tras la terapia.

"Los resultados son muy prometedores, dado que se mantuvieron las mejorías significativas en las mujeres al control a los 3 meses. Ahora estamos trabajando en un ensayo controlado más grande, respaldado económicamente por Cáncer Research UK, el que incluirá mediciones tanto fisiológicas como subjetivas de los sofocos", dijo Mann.