



Intervención psicooncológica asistida con caballos: determinación de los elementos terapéuticos y del nivel de eficacia de la terapia asistida con caballos en mujeres con cáncer de mama.

**Autora:** Elena López Domènech

**Tipo de Trabajo:** tesis doctoral

**Director:** Tomás Blasco Blasco

**Centro:** Universidad Autónoma de Barcelona. Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación.

**Fecha de lectura:** 04 de julio de 2023

**Email:** elena.lopezdom@gmail.com

## RESUMEN

## INTRODUCCIÓN

Las intervenciones asistidas con caballos (IAC) disponen de evidencia científica que corrobora sus efectos en diversidad de patologías que afectan la dimensión física o emocional, tanto en edad adulta como pediátrica. Aún así, son muy escasas las evidencias en el contexto oncológico, con lo que no se dispone de datos suficientes para validar su eficacia y seguridad.

## OBJETIVO

El propósito de esta tesis es determinar la seguridad y eficacia de la intervención asistida con caballos aplicada a mujeres con cáncer de mama y, además, identificar los efectos y mecanismos implicados en ésta.

## MÉTODO

Un total de 8 mujeres diagnosticadas de cáncer de mama no metastásico y que habían finalizado los tratamientos de quimioterapia y/o radioterapia en los dos últimos meses participaron en un programa de IAC de 8 sesiones de duración de frecuencia semanal. Para valorar los efectos de la IAC se utilizó metodología mixta. Por un lado, se evaluó la calidad de vida antes y después de la intervención mediante la escala EORTC y se compararon estos resultados con los obtenidos a partir de un metaanálisis que evaluó el cambio en calidad de vida en grupos de pacientes de cáncer de mama que no habían recibido ningún tipo de intervención. Por otro lado,

las pacientes rellenaron un diario personal mientras realizaban la IAC y, además, una vez finalizada la misma, participaron en un Grupo Focal. Para identificar los mecanismos a través de los cuales la IAC puede ejercer su efecto terapéutico, se llevó a cabo un Grupo Focal con cinco psicooncólogas.

## RESULTADOS

El estudio de metodología mixta con grupo control aporta dos grupos de resultados: (1) la metodología cuantitativa muestra que la IAC tiene efectos con relevancia clínica y significación estadística en las dimensiones **física, emocional**, y social del EORTC, y produce una disminución de la fatiga el insomnio y los efectos secundarios del tratamiento. Asimismo, la IAC mejora la perspectiva de futuro y la imagen corporal; (2) la metodología cualitativa reafirma los resultados cuantitativos mediante la información obtenida mediante los diarios y el grupo focal. Además, sugiere que el contacto con la naturaleza y la relación con el caballo pueden ser elementos que, junto a otros, forman parte del mecanismo terapéutico que subyace en la IAC.

El grupo focal con expertas en psicooncología plantea que la IAC puede incluir diferentes elementos que determinan el efecto terapéutico, como el ejercicio físico, la expresión emocional, el mindfulness y la terapia de aceptación. Además, la acción de esos elementos terapéuticos estaría modulada y potenciada por el contacto con la naturaleza y por el vínculo con el caballo.

## CONCLUSIONES

La IAC tiene un efecto positivo en la dimensión física permitiendo una disminución de la fatiga, de los efectos secundarios y de los síntomas asociados al pecho; y un efecto positivo en la dimensión emocional, reduciendo la sintomatología ansiosa y depresiva, y mejorando la imagen corporal y la perspectiva de futuro. En cuanto a los mecanismos terapéuticos de la IAC, parece que ésta comparte componentes con otros tipos de intervenciones para pacientes oncológicos como son: el ejercicio físico, la expresión emocional, la exposición y la terapia de aceptación, pero posee otros mecanismos propios y exclusivos que potenciarían a los anteriores como son el contacto con la naturaleza y la relación que se establece entre persona y caballo.

Como conclusión general, podemos decir que la IAC, aplicada por profesionales de la salud expertos en la misma y conocedores de la enfermedad oncológica, es una terapia segura y útil para pacientes de cáncer de mama que han finalizado el tratamiento, por lo que es pertinente ofrecerla como una alternativa más, ya que su efecto es comparable al de otras estrategias terapéuticas que se han mostrado eficaces.