

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Efectividad de las intervenciones psicológicas en adultos con
diagnóstico oncológico: una revisión narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional
en Psicología Clínica y de la Salud

Autores:

Milagros Del Socorro Fiestas Namuche

Ulda Raquel Dávila Panduro

Asesora:

Mg. Rosa Giulliana Briceño Sánchez

Lima, julio de 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Rosa Giulliana Briceño Sánchez, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Efectividad de las intervenciones psicológicas en adultos con diagnostico oncológico: una revisión narrativa”** de Fiestas Namuche Milagros Del Socorro. Dávila Panduro Ulda Raquel tiene un índice de similitud de 15% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 06 días del mes de julio del año 2026.



Mg. Rosa Giulliana Briceño Sánchez
Asesora

**Efectividad de las intervenciones psicológicas en
adultos con diagnostico oncológico: una revisión narrativa**

TRABAJO ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional Psicología Clínica y de la Salud

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Laura Elizabeth Capulle', is positioned above a horizontal line.

Mg. Capulle Laura Elizabeth
Dictaminadora

Lima, 06 de julio de 2026

Resumen

El objetivo del presente estudio fue describir la efectividad de las intervenciones psicológicas en adultos con diagnóstico oncológico. La metodología empleada consistió en una revisión bibliográfica en las bases de datos PubMed, Scopus y Web of Science, correspondiente al período comprendido entre diciembre de 2025 y marzo de 2026. En cuanto a los resultados, se identificaron 14 artículos científicos: tres de revisión, diez de diseño experimental y uno de diseño cuasiexperimental. En ellos se evidencia que enfoques como la terapia cognitivo-conductual (TCC), la terapia de aceptación y compromiso (ACT) y las intervenciones basadas en mindfulness contribuyen significativamente a la reducción de la ansiedad, la depresión y el estrés. Asimismo, la telemedicina y las tecnologías de la información y la comunicación han ganado relevancia por su accesibilidad y efectividad en la promoción del bienestar. No obstante, la efectividad de las terapias cognitivas puede variar según el tipo de cáncer, el estadio de la enfermedad, las características individuales del paciente y el contexto sociocultural. Por lo tanto, se concluye destacando la necesidad de continuar investigando y profundizando en los avances relacionados con las intervenciones psicológicas en oncología, dado que aún constituye un campo poco desarrollado, especialmente en el contexto latinoamericano.

Palabras clave: cáncer, estado emocional, intervención psicológica, psicooncología.

Abstract

The objective of this study was to describe the effectiveness of psychological interventions in adult cancer patients. The methodology employed was a literature review using the PubMed, Scopus, and Web of Science databases, covering the period from December 2025 to March 10, 2026. The results identified 14 scientific articles: 3 review articles, 10 experimental studies, and 1 quasi-experimental study. These articles demonstrate that approaches such as cognitive behavioral therapy (CBT), acceptance and commitment therapy (ACT), and mindfulness-based interventions contribute significantly to reducing anxiety, depression, and stress. Furthermore, telemedicine and information and communication technologies have gained importance due to their accessibility and effectiveness in promoting well-being. However, the effectiveness of cognitive therapies can vary depending on the type of cancer, the stage of the disease, the individual characteristics of the patient, and the sociocultural context. Therefore, it was concluded that there is a need to continue researching and exploring the advances related to psychological interventions in palliative cancer care, given that it remains an underdeveloped field, especially in the Latin American context.

Keywords: Approach, cancer, emotional state, psychological intervention.

Introducción

El cáncer es responsable de aproximadamente 10 millones de muertes anuales y es una de las enfermedades más prevalentes a nivel global (Caruso et al., 2020; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2025). Las personas con cáncer suelen experimentar dolor, pérdida de peso y una menor esperanza de vida. Sumado a la carga financiera del tratamiento, estos factores desencadenan emociones negativas como ansiedad y depresión, lo que afecta profundamente su calidad de vida (Greer et al., 2020). Además del sufrimiento físico, el estrés psicológico, la sensación de impotencia, los efectos secundarios de los tratamientos y el miedo al futuro contribuyen al deterioro de la calidad de vida de estos pacientes (Zhang et al., 2024).

Diversos estudios han demostrado la efectividad de intervenciones psicológicas como la terapia cognitivo-conductual (TCC), la terapia de aceptación y compromiso (ACT), el mindfulness y las intervenciones psicosociales, las cuales contribuyen a la reducción del malestar emocional y al fortalecimiento de estrategias de afrontamiento (Stanerova, 2025; Su et al., 2025; Yen et al., 2024). Estas intervenciones favorecen la adaptación psicológica, la aceptación de la enfermedad y la mejora de la calidad de vida (Jiang et al., 2024; Zhang et al., 2020).

En el Perú, el Ministerio de Salud ([MINSA], 2023) ha reportado un incremento del 66,5 % en los diagnósticos de cáncer en adultos, junto con una creciente demanda de atención en salud mental en esta población.

La psicoeducación estructurada, la psicoterapia centrada en el significado de la

enfermedad y la terapia de apoyo han mostrado eficacia en la reducción del malestar emocional, con beneficios adicionales cuando se integran al cuidado oncológico estándar o se combinan con intervenciones médicas (Kao et al., 2025). Asimismo, el bienestar espiritual —entendido como la búsqueda de sentido y conexión trascendental— se ha asociado con la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión, y con mejores indicadores de salud mental, mayor resiliencia y una mejor adaptación a la enfermedad (Jiang et al., 2024).

El impacto de un diagnóstico de cáncer trasciende la dimensión biológica: afecta la estabilidad emocional, la identidad, los roles familiares, la situación económica y el proyecto de vida del paciente. Estos efectos constituyen uno de los desafíos más complejos de la psicooncología contemporánea, en tanto exigen intervenciones que promuevan el bienestar subjetivo y la resignificación de la experiencia de enfermedad.

A pesar que este problema ya ha sido identificado y afrontado desde diferentes enfoques teóricos y estrategias psicoeducativas, psicoterapéuticas, terapia de apoyo psicosocial, persiste una brecha entre el conocimiento disponible y su aplicación efectiva en contextos con barreras estructurales, culturales y clínicas. Resulta especialmente relevante sistematizar la evidencia sobre intervenciones accesibles para poblaciones que dependen de servicios de salud pública, donde la detección y derivación oportuna del malestar emocional en pacientes oncológicos enfrenta limitaciones operativas considerables.

Este benchmarking, entendido como un proceso de investigación y evaluación de la evolución de la psicooncología refleja el tránsito desde un modelo

predominantemente reactivo, centrado en la atención de las crisis emocionales, hacia un enfoque integral y proactivo que incorpora el acompañamiento continuo durante todo el proceso de la enfermedad. Dentro de este paradigma emergente cobra especial relevancia el apoyo al paciente en la reconstrucción de su identidad y en la resignificación de su sentido de valor más allá de las limitaciones funcionales impuestas por la enfermedad, favoreciendo el reconocimiento de dimensiones afectivas, existenciales y creativas de la persona.

Tales vacíos en aspectos fundamentales de la atención psicológica integral del paciente oncológico justifican la realización de la presente revisión narrativa, cuyo propósito es analizar la evidencia científica disponible sobre la efectividad de las intervenciones psicológicas dirigidas a adultos con cáncer desde diferentes enfoques teóricos. Asimismo, se reconoce que la eficacia de dichas intervenciones puede variar según las características culturales, sociales y religiosas de cada población. Por ello, el presente análisis considera la necesidad de contextualizar las estrategias de la psicooncología para favorecer su pertinencia y aplicabilidad en la diversidad sociocultural peruana.

Por tal motivo, el presente estudio tiene como objetivo describir la efectividad de las intervenciones psicológicas en adultos con enfermedad oncológica, con el fin de contribuir a la comprensión de su impacto sobre la salud mental, las alteraciones emocionales y la calidad de vida. Asimismo, busca identificar patrones comunes en los resultados reportados por investigaciones previas que permitan orientar futuras intervenciones psicológicas basadas en la evidencia.

Metodología

El presente estudio adopta un diseño de revisión narrativa, el cual se distingue por proporcionar un análisis general y amplio del tema, siendo adecuado para abordar preguntas fundamentales sin requerir una descripción detallada de los procedimientos de selección de información (Livia & Vargas, 2025).

La búsqueda y selección de los estudios se llevó a cabo entre diciembre de 2025 y el 10 de marzo de 2026, y se centró en artículos científicos publicados en revistas indexadas en las bases de datos Scopus, PubMed y Web of Science. Para ello, se diseñó una estrategia de búsqueda que comenzó con la identificación de los descriptores correspondientes a los términos efectividad, intervenciones psicológicas y adultos con cáncer (Anexo 1). Posteriormente, se emplearon los operadores booleanos AND y OR para combinar los descriptores y construir la estrategia de búsqueda (Anexo 2), la cual fue aplicada en las bases de datos mencionadas.

En Scopus, y Web of Science, la búsqueda se realizó mediante ajustadores de campo para título, resumen y palabras clave; mientras que en PubMed se utilizaron los campos de título y resumen. Asimismo, se aplicaron filtros para seleccionar investigaciones publicadas durante los últimos cinco años, realizadas en población adulta y con diseños experimentales o estudios de caso. Posteriormente, los registros recuperados fueron exportados a una base de datos en Microsoft Excel, donde se efectuó el proceso de depuración. Durante esta etapa se eliminaron los estudios duplicados y aquellos que no abordaban la variable de interés.

Finalmente se obtuvieron como resultado de la búsqueda en la base de datos un total de 24 artículos. Tras la aplicación de los criterios de selección, se incluyeron 14 estudios para el análisis final, de los cuales 10 correspondieron a estudios experimentales, 3 a revisiones sistemáticas y 1 a un estudio cuasiexperimental. El proceso de selección se presenta en la Figura 1.

Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de selección del estudio

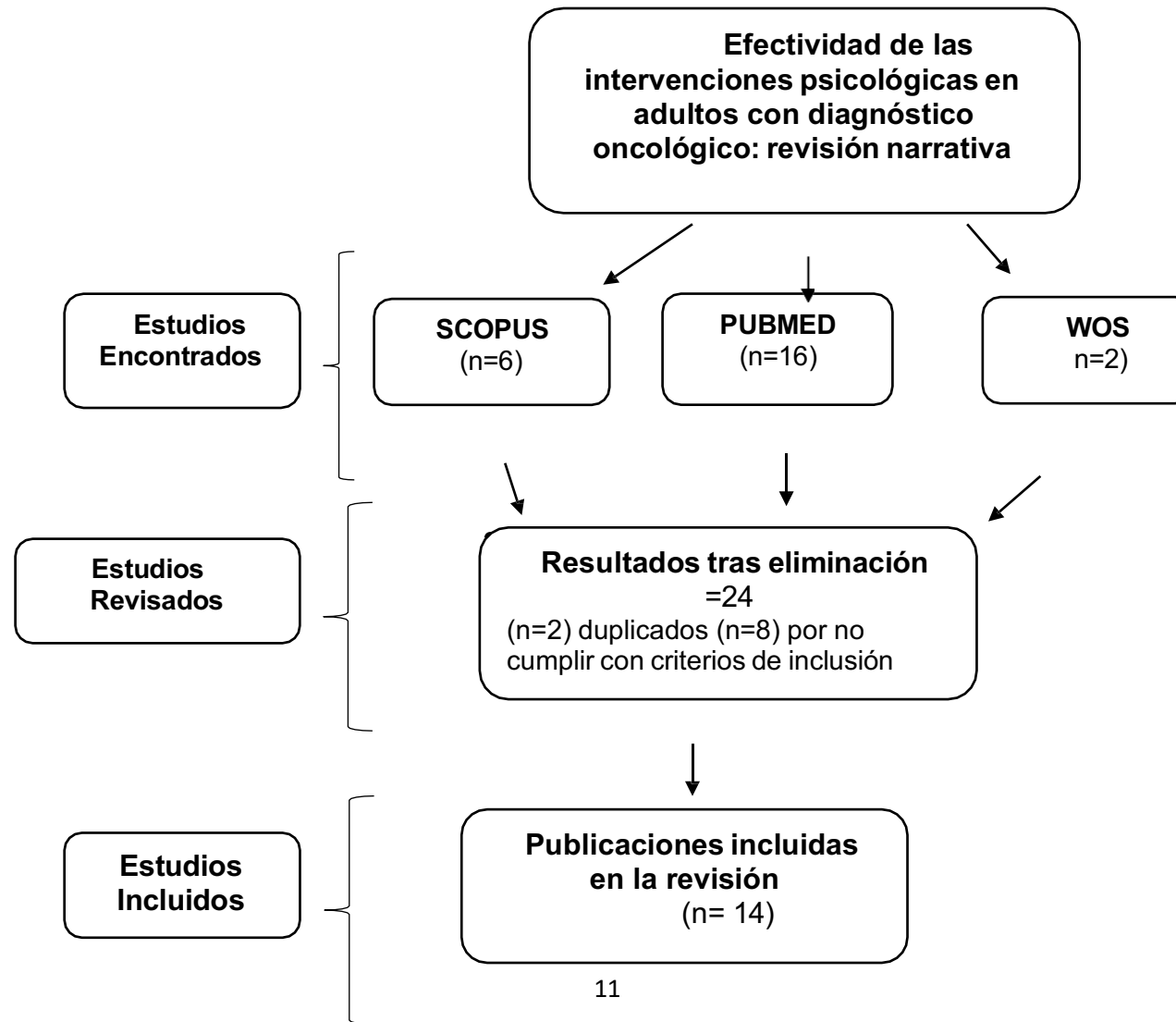


Tabla 1

Estudios analizados sobre la efectividad de las terapias psicológicas

N°	AUTOR	DISEÑO	OBJETIVOS	INSTRUMENTOS	POBLACIÓN	RESULTADOS
1	Beatty et al.	Ensayo controlado aleatorizado.	Evaluar la eficacia del programa psicosocial autoguiado en línea Finding My Way-Advanced (FMW-A) para mejorar la calidad de vida mental, disminuir el miedo a la progresión y las necesidades insatisfechas en mujeres con cáncer de mama metastásico.	Programa FMW-A, Evaluación de calidad de vida mental y miedo a la progresión.	370 participantes australianas. Las participantes elegibles son mujeres adultas (mayores de 18 años) diagnosticadas con cáncer de mama metastásico.	La plataforma digital demostró viabilidad clínica y alta aceptación, optimizando significativamente la calidad vida global y reduciendo el aislamiento emocional en etapas avanzadas.
2	Xu et al.	Ensayo clínico aleatorizado.	Investigar la eficacia de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) para reducir la angustia por la imagen corporal (BID) y mejorar el bienestar psicológico en pacientes chinos con cáncer de cabeza y	Programa grupal de terapia de aceptación y compromiso.	64 pacientes con cáncer de cabeza y cuello.	El análisis cuantitativo de los resultados demostró reducciones robustas en distrés, ansiedad y depresión así también el incremento estable

			cuello.			en la flexibilidad psicológica.
3	Jong MC, et al.	Ensayo controlado aleatorizado (ECA).	Investigar la eficacia y seguridad de un programa basado en la naturaleza con el fin de mejorar la salud mental y física de los AYA afectados por el cáncer.	Conexión con la naturaleza, actividades de intervención física como, por ejemplo: Kayak, escalada, mindfulness y técnicas de supervivencia en la naturaleza.	150 afectados por cáncer entre 16 a 39 años.	Los resultados aportan un protocolo riguroso para la estandarización transcultural y clínica de ACT, midiendo su costo de efectividad y su impacto directo en el bienestar espiritual.
4	Vagnini D, et al.	Estudio Cuasi-experimental.	Investigar la eficacia de la Experiencia del Retrato Enmarcado (ERM/FPE) en mujeres sobrevivientes de cáncer de mama para mejorar el bienestar psicológico.	Anovas mixtas inter-intrasujetos de medidas repetidas de 2x2.	40 sobrevivientes de cáncer de mama reclutadas por muestreo por conveniencia.	La terapia expresivo narrativa promovió la resignificación de la corporalidad post trauma, disminuyendo el estigma e impulsando el crecimiento existencial.
5	Song W, et al.	Ensayo controlado aleatorizado.	Investigar la eficacia de la Terapia de Aceptación y	Intervención ACT centrada en aceptación y	90 pacientes con cáncer de mama.	Esta investigación muestra como resultados que el

			Compromiso (ACT) para promover la aceptación de la enfermedad en pacientes con cáncer de mama.	mindfulness.		fomento de la aceptación de la enfermedad actual actúa como un mediador clínico directo, elevando los niveles de salud mental y bienestar
6	Lau N, et al.	Ensayo clínico aleatorizado piloto.	Determinar la viabilidad, aceptabilidad y eficacia preliminar de la aplicación móvil MPRISM con el fin de promover la resiliencia y el manejo del estrés en adolescentes y adultos oncológicos.	Acceptability of Intervention Measure (AIM), Intervention Appropriateness Measure (IAM). Evaluación de Calidad de vida relacionada con la salud, resiliencia, depresión, dolor y sueño.	80 adolescentes y adultos con cáncer jóvenes entre 12 y 25 años.	La intervención mediante MHealth (salud móvil) demostró una adherencia sostenida y fue eficaz en el desarrollo de conductas resilientes autogestionadas.
7	Walsh LE, et al.	Ensayo aleatorizado de intervención psicosocial grupal.	Evaluar si los cambios en las estrategias de afrontamiento y la autoeficacia median los efectos de la intervención STRIDE sobre ansiedad, depresión, calidad de vida y la angustia	Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HADS), Functional Assessment of Cancer Therapy-	100 mujeres con cáncer de mama no metastásico con receptores hormonales	Los resultados muestran que estadísticamente la adquisición de estrategias adaptativas de afrontamiento modera y disminuye

			sintomática en mujeres oncológicas.	Breast (FACT-B), Breast Cancer Prevention Trial Symptom Scale.	positivos en terapia endocrina adyuvante.	el distrés crónico a largo plazo.
8	Winger JG, et al.	Ensayo controlado aleatorizado	Evaluar la efectividad de una intervención psicológica basada en afrontamiento del dolor y sentido de vida en pacientes con cáncer y dolor crónico.	Escalas de dolor, Calidad de vida, ansiedad y depresión, cuestionarios de afrontamiento emocional y significado de vida.	190 pacientes con cáncer metastásico y dolor moderado a severo.	Los resultados evidenciaron que la efectividad de una intervención psicológica basada en afrontamiento del dolor y sentido de vida, muestra un efecto significativo en pacientes con cáncer y dolor crónico.
9	Bockting C, et al.	Ensayo clínico aleatorizado multicéntrico pragmático.	Evaluar si la terapia de rehabilitación neurocognitiva en línea, complementa con la Terapia Cognitiva Preventiva (PCT) reduce síntomas depresivos y previene recaídas en pacientes con depresión.	Inventario de Depresión de Beck (BDI), seguimiento a largo plazo.	115 adultos con trastorno depresivo mayor.	Los hallazgos demostraron que la combinación de TCC y neurorrehabilitación mejora de forma significativa tanto la esfera efectiva como los procesos neuropsicológicos cotidianos.
1	Jian L, et al.	Revisión	Identificar intervenciones	Posttraumatic		Los resultados

0		sistemática y metaanálisis.	psicosociales que faciliten el aumento postraumático (CPT) en adultos oncológicos.	Growth Inventory (PTGI), mindfulness, Coaching de Salud.	30 a más adultos oncológicos.	evidenciaron que el enfoque de manejo de estrés (CBSM) disminuye significativamente el distrés psicológico agudo y estabilizó los parámetros fisiológicos del cortisol.
1 1	Pennington KP, et al.	Ensayo clínico multicéntrico fase II, aleatorizado.	Evaluar la efectividad de una intervención psicosocial grupal en línea Mindful living versus un programa de promoción de la salud para mejorar la calidad de vida relacionada con la salud y reducir el estrés en sobrevivientes oncológicos.	Cuestionario de calidad de vida, cuestionarios de ansiedad y depresión, FACT-G y encuestas de satisfacción.	256 sobrevivientes de cáncer de ovario.	Los hallazgos encontrados demostraron que la viabilidad estructural de intervenciones web sincrónicas y asincrónicas están planteadas para dirigir a elevar el soporte social percibido y la calidad de vida.
1 2	McLouth L.E, et al	Revisión sistemática y metaanálisis de ensayos controlados.	Evaluar los efectos de las intervenciones psicosociales sobre lo espiritual en pacientes oncológicos.	FACIT-Sp, metaanálisis, metarregresión y análisis de sensibilidad.	41 ECA que abarcaron 88 efectos de tratamiento entre 3883 sobreviviente	Los hallazgos del estudio demostraron que el acompañamiento y soporte psicosocial estructurado actúa

					s.	como un factor protector ante las crisis del diagnostico
1 3	Zhang T, et al.	Revisión sistemática.	Evaluar la eficiencia de las intervenciones psicológicas digitales sobre síntomas físicos en pacientes oncológicos y analizar variables moderadoras de los efectos terapéuticos.	Inventario de Depresión de Beck (BDI) y Escala de Estrés percibido (PSS). Se analizaron medidas de fatiga, dolor, alteraciones de sueño y bienestar físico.	44 ensayos clínicos aleatorizados con un total de 7200 pacientes oncológicos.	Las alternativas digitales disminuyen de forma efectiva la sintomatología de la esfera anímica y el dolor, fatiga percibida corporalmente.
1 4	Vrontaras N, et al.	Ensayo controlado aleatorizado.	Evaluar la eficiencia de una intervención en Terapia Cognitivo Conductual para el manejo del Estrés (CBSM) sobre la búsqueda de beneficios, la autogestión y la calidad de vida en pacientes oncológicos postoperatorios.	Benefit Finding Scale (BSF), Cancer Patient Self-Management Assessment Scale (CPSAS) y Cancer Rehabilitation Evaluation System-Short Form (CARES-SF).	72 pacientes con cáncer colorrectal postoperatorio.	Los resultados revelaron que existe beneficio directo de intervenciones enfocadas en la resiliencia para el desarrollo de un cambio existencial y cognitivo positivo.

Resultados

Se identificaron en la búsqueda bibliográfica virtual, realizada en marzo 2026 se identificaron 24 artículos que cumplieran con la estrategia de búsqueda establecida. Luego de la aplicación de los criterios de tamizaje y elegibilidad, se seleccionaron 14 estudios para el análisis, cuyos diseños correspondieron a ensayos clínicos controlados, estudios cuasiexperimentales y revisiones sistemáticas con metaanálisis.

En la tabla 1 presenta las principales características de estos 14 estudios. Se observa que los protocolos e instrumentos empleados para evaluar la efectividad de las intervenciones dirigidas a reducir la ansiedad y el malestar psicológico en pacientes oncológicos son diversos, sin que exista un instrumento predominante entre las investigaciones analizadas.

Uno de estos modelos de intervención es la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), cuyo objetivo es favorecer la aceptación de la enfermedad, partiendo de la premisa de que el sufrimiento forma parte de la experiencia humana. Esta intervención busca que el paciente canalice sus pensamientos y emociones hacia conductas coherentes con sus valores personales, promoviendo la disminución de la ansiedad y la depresión mediante el establecimiento de metas y objetivos significativos.

Los estudios de Xu et al. (2024) y Song et al. (2024) realizaron revisiones sistemáticas con metaanálisis para evaluar la eficacia de la ACT en la reducción del distrés psicológico y en el fortalecimiento de la adaptación emocional en pacientes con cáncer. Ambos estudios concluyeron que los participantes sometidos a esta intervención presentaron incrementos clínicamente significativos en la flexibilidad

psicológica, acompañados de una reducción sustancial de la sintomatología ansiosa y depresiva.

Asimismo, Jong et al. (2024) desarrollaron el programa WAYA, implementado en entornos naturales y dirigido a adolescentes y adultos jóvenes supervivientes de cáncer. Esta intervención combinó principios de la ACT con actividades en la naturaleza, con el propósito de fortalecer la autoconfianza, el crecimiento personal, las relaciones interpersonales significativas y la autoeficacia. Los resultados demostraron que el programa es seguro, factible y presenta una elevada aceptación entre los participantes.

Según Beatty et al. (2022) en una reciente línea de intervención con instrumentos digitales para atención virtual a distancia como lo demuestra el estudio. En una línea paralela de innovación digital, Pennington et al. (2024) en su investigación del centro de atención oncológica para mujeres de Alaska, crearon programas psicosociales autoguiados en línea, para mujeres con cáncer de mama metastásico y cáncer de ovario respectivamente, para mitigar el aislamiento emocional y proveer estrategias de afrontamiento adaptativas en etapas avanzadas de la enfermedad, con óptimos resultados.

Además, el trabajo de Lau et al. (2024) aplicó una intervención en línea para pacientes oncológicos pediátricos y adolescentes, evidenciando mejoras en la reducción del dolor y de la sintomatología depresiva, así como en la calidad del sueño. Por su parte, Winger et al. (2025), del Departamento de Psiquiatría y Ciencias del Comportamiento, diseñaron el protocolo de ensayo clínico aleatorizado denominado Engage, orientado a evaluar una intervención digital para el tratamiento de la fatiga

relacionada con el cáncer en pacientes adultos. Finalmente, Zhang et al. (2023), mediante un metaanálisis, concluyeron que las intervenciones psicoterapéuticas digitales contribuyen a modular la percepción de los síntomas físicos y a mejorar la calidad de vida global de los pacientes con cáncer.

Sin embargo, a terapia cognitivo-conductual (TCC) continúa siendo una de las intervenciones con mayor respaldo científico dentro de la psicooncología. En esta línea, Jiang et al. (2026) y Bockting et al. (2022) reportaron resultados favorables sobre el estado emocional, las funciones ejecutivas, la memoria y los procesos atencionales en pacientes con tumores cerebrales.

En las intervenciones innovadoras orientadas al autoconcepto del superviviente, destacan los aportes de Walsh et al. (2024) y Vagnini et al. (2024), quienes incorporaron estrategias terapéuticas integrativas dirigidas a favorecer la reconciliación con la imagen corporal y emocional. Los autores sostienen que este proceso resulta fundamental para reducir la disonancia psicológica que suele surgir después de afrontar una enfermedad oncológica.

Finalmente, dos revisiones sistemáticas consolidan la evidencia sobre la importancia de las intervenciones psicosociales integrales. En primer lugar, McLouth et al. (2020) desarrollaron una revisión sistemática con metaanálisis que proporciona un marco de referencia sobre la eficacia de las intervenciones psicosociales en el afrontamiento global del cáncer. En segundo lugar, Vrontaras et al. (2024) analizaron intervenciones estructuradas orientadas al fortalecimiento del sentido de vida, el apoyo social y el procesamiento emocional, concluyendo que estas favorecen la reintegración del paciente oncológico a sus distintos roles sociales, promueven cambios cognitivos positivos y fortalecen recursos personales que, en algunos casos, superan los niveles previos al diagnóstico de la enfermedad.

En síntesis, las investigaciones previamente revisadas destacan la importancia de las intervenciones psicosociales integrales, no solo para disminuir la ansiedad, la

depresión y otros síntomas emocionales asociados al cáncer, sino también para fortalecer el sentido de vida, favorecer la adaptación psicológica y promover la reintegración social de los pacientes oncológicos.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que las intervenciones psicológicas en adultos oncológicos, tienen un impacto significativo en calidad de vida de los pacientes con cáncer, destacando principalmente aquellas basadas en enfoques cognitivo-conductuales, terapias de tercera generación y modalidades digitales (Wang et al., 2022).

En este sentido, la terapia cognitivo conductual (TCC) se posiciona como una de las estrategias más utilizadas y ha demostrado efectos positivos en la reducción del malestar psicológico y la mejora de la calidad de vida (Richardson et al., 2023). La TCC se centra en la identificación y modificación de pensamientos disfuncionales que influyen en las emociones y conductas del paciente. En personas con cáncer, esta terapia ha mostrado eficacia en la disminución de los síntomas de ansiedad y depresión, así como en el fortalecimiento de las habilidades de afrontamiento. En consecuencia, las intervenciones estructuradas basadas en la TCC contribuyen significativamente al bienestar emocional (Faller et al., 2023).

Asimismo, las terapias basadas en mindfulness han mostrado en el contexto oncológico, que favorecen la adaptación psicológica y disminuir síntomas físicos, como la fatiga (Carlson et al., 2021). Estas intervenciones promueven la atención plena y la aceptación de las experiencias difíciles sin emitir juicios, lo que favorece la regulación emocional y la reducción del estrés (Specia et al., 2021). En concordancia con los hallazgos de la presente revisión narrativa, un metaanálisis sobre intervenciones basadas en mindfulness en pacientes con tumores malignos concluyó que esta estrategia redujo la ansiedad en un 19 %, la depresión en un 14 % y mejoró la calidad

de vida en un 36 % (Liz et al., 2024).

Por otro lado, la terapia cognitivo-conductual (TCC) busca incrementar la flexibilidad psicológica para que los pacientes puedan tener una vida valiosa y significativa, para ello usa métodos terapéuticos flexibles, la atención plena, la aceptación, la difusión, el yo como contexto, el valor, la acción comprometida, el entrenamiento de meditación, la determinación de la importancia y la realización de planes de comportamiento (Emery et al., 2022). Es decir, en lugar de controlar se compromete con acciones que están alineadas a los valores y metas (Linardon et al., 2023). En esa misma línea, estudios analizados sugieren que esta terapia contribuye a mejorar la adaptación al cáncer y reducir la evitación experiencial (Revenson et al., 2022). De igual modo, un estudio en España concluyó aplicar la terapia ACT en mujeres con cáncer de mama, obtuvo una mejora del 25% en la calidad de vida y una disminución del 25% en los síntomas de ansiedad y depresión, definiendo así la efectividad del 75% que presenta el tratamiento psicológico en base a la ACT (Jiang et al., 2024).

En relación con las intervenciones orientadas al fortalecimiento de la resiliencia, los resultados evidencian que estas estrategias favorecen el desarrollo de recursos personales como la autoeficiencia y el afrontamiento adaptativo (Mikkonen et al., 2025). Este enfoque resulta especialmente relevante en pacientes que enfrentan procesos prolongados de enfermedad (Bower et al., 2021).

Por otra parte, las terapias centradas en el bienestar espiritual han mostrado un impacto positivo en el crecimiento postraumático y en la resignificación de la experiencia de la enfermedad (Licu et al., 2023). Los resultados sugieren que estas intervenciones no solo reducen el malestar, sino que también promueven cambios positivos en la percepción de la vida (Jim et al., 2022).

Finalmente se observa un crecimiento significativo en el uso de intervenciones digitales, incluyendo aplicaciones móviles, programas web y telesalud (Mohr et al., 2021). Estas modalidades han demostrado ser efectivas para mejorar el acceso a la atención psicológica y reducir síntomas emocionales (Andersson et al., 2022). En síntesis, los resultados son consistentes destacando el potencial de las tecnologías digitales en salud mental (Mohr et al., 2021), pues indican que las intervenciones digitales pueden ampliar el acceso a la atención psicológica basada en evidencia, lo que resalta su relevancia en el contexto sanitario actual (Grist et al., 2021).

Limitaciones

Una de las principales limitaciones en la investigación sobre la efectividad de las intervenciones psicológicas en pacientes oncológicos adultos es la heterogeneidad de las muestras, reflejada en las diferencias relacionadas con el tipo y el estadio de la enfermedad oncológica, así como con los tratamientos médicos recibidos. Esta variabilidad dificulta la comparación de los resultados y limita la posibilidad de establecer conclusiones generalizables.

Asimismo, la diversidad de los enfoques terapéuticos y la ausencia de protocolos estandarizados para su implementación dificultan la comparación entre los estudios y la identificación de las intervenciones más eficaces.

Por otra parte, el escaso seguimiento a largo plazo en la mayoría de las investigaciones restringe la evaluación de la sostenibilidad de los efectos terapéuticos, lo que limita la validez externa y la generalización de los resultados.

Finalmente, factores contextuales, metodológicos y culturales pueden influir en la interpretación de la efectividad de estas intervenciones, por lo que los hallazgos deben analizarse considerando las características específicas de cada población y entorno asistencial.

Conclusiones

Las intervenciones psicológicas constituyen un componente fundamental en el abordaje integral de los pacientes con cáncer, ya que contribuyen significativamente a mejorar el bienestar emocional, la calidad de vida y la capacidad de afrontamiento frente a la enfermedad.

La terapia cognitivo conductual (TCC) y sus variantes, presentan una elevada efectividad en la reducción del estrés, la ansiedad y los pensamientos negativos asociados a la enfermedad. Estas intervenciones permiten a los pacientes desarrollar habilidades de afrontamiento, reestructurar creencias disfuncionales y mejorar su capacidad de autogestión durante el tratamiento oncológico.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT) es eficaz para favorecer la aceptación de la enfermedad y la adaptación psicológica al cáncer. Este enfoque terapéutico promueve la flexibilidad psicológica, ayudando a los pacientes a aceptar experiencias difíciles y a orientar sus acciones hacia valores significativos, lo que contribuye a mejorar su bienestar emocional.

Por su parte, las intervenciones psicológicas digitales, como aplicaciones móviles y programas web de apoyo psicológico, han mostrado resultados positivos en la reducción del estrés, la ansiedad y algunos síntomas físicos asociados al cáncer, además de facilitar el acceso al apoyo psicológico en contextos donde los servicios presenciales no son accesibles o no están disponibles.

Recomendaciones

Se recomienda integrar de manera sistemática las intervenciones psicológicas dentro de los programas de atención oncológica, considerando que el apoyo psicológico contribuye significativamente a mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de los pacientes con cáncer.

Se sugiere promover la implementación de intervenciones psicológicas basadas en evidencia, como la terapia cognitivo-conductual (TCC) y la terapia de aceptación y compromiso (ACT), dado que han demostrado ser eficaces para el manejo del estrés, la ansiedad, la depresión y la adaptación psicológica a la enfermedad en pacientes oncológicos.

De igual manera, es importante fortalecer los programas de intervención orientados al desarrollo de la resiliencia y de estrategias de afrontamiento adaptativo, puesto que estos recursos psicológicos permiten a los pacientes afrontar de manera más efectiva los desafíos emocionales asociados con el diagnóstico, el tratamiento y la evolución del cáncer.

Finalmente, se recomienda impulsar investigaciones que continúen evaluando la eficacia y la efectividad de los diferentes enfoques terapéuticos en poblaciones oncológicas diversas, mediante estudios longitudinales y ensayos clínicos con mayor rigor metodológico, con el fin de fortalecer la evidencia científica y orientar la toma de decisiones en la práctica clínica.

1. Referencias

- Andersson, G., Titov, N., Dear, B. F., Rozental, A., & Carlbring, P. (2022). Internet-delivered psychological treatments: From innovation to implementation. *World Psychiatry*, 21(2), 263–274. <https://doi.org/10.1002/wps.20955>
- Beatty, L., Kemp, E., Butow, P., Girgis, A., Hulbert-Williams, N., Kaambwa, B., Schofield, P., Turner, J., Woodman, R., Boyle, F., Daly, A., Jones, A., Kiely, B., Zdenkowski, N., & Koczwara, B. (2022). Finding My Way-Advanced: Can a web-based psychosocial intervention improve the mental quality of life of women with metastatic breast cancer compared with attention control? Study protocol for a randomized controlled trial. *JMIR Research Protocols*, 11(3), e36987. <https://doi.org/10.2196/36987>
- Bower, J. E., Kwan, L., Seldon, J., & Petersen, L. (2021). Psychological well-being and cancer survivorship. *Psycho-Oncology*, 30(6), 845–852. <https://doi.org/10.1002/pon.5643>
- Carlson, L. E., Toivonen, K., & Subnis, U. (2021). Integrative oncology and mindfulness-based interventions. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 71(2), 147–166. <https://doi.org/10.3322/caac.21655>
- Emery J, Butow P, Lai-Kwon J, Nekhlyudov L, Rynderman M, Jefford M. (2024) Manejo de problemas clínicos comunes experimentados por sobrevivientes de cáncer. *El Lancet*; 399(10334):1537-1550. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00242-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00242-2)
- Emery, J., Butow, P., Lai-Kwon, J., Nekhlyudov, L., Rynderman, M., & Jefford, M. (2024). Manejo de problemas clínicos comunes experimentados por sobrevivientes de cáncer. *The Lancet*, 399(10334), 1537–1550. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00242-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00242-2)
- Faller, H., Weis, J., Koch, U., et al. (2023). Effectiveness of psychosocial interventions in cancer patients. *Psycho-Oncology*, 32(4), 567–578. <https://doi.org/10.1002/pon.6105>
- Jiang, L., Peng, Z., Liu, R., Chen, L., Wu, Y., Tan, X., Wang, F., & Sun, L. (2021). Effect of cognitive behavioral stress management intervention on self-management ability and quality of life in colorectal cancer patients from the perspective of

- benefit finding: A quasi-experimental study. *Supportive Care in Cancer*, 29(11), 6813-6821. <https://doi.org/10.1007/s00520-021-06187-3>
- Jim, H. S. L., Pustejovsky, J. E., Park, C. L., Danhauer, S. C., Sherman, A. C., Fitchett, G., & Salsman, J. M. (2022). Religion, spirituality, and physical health in cancer patients: A meta-analysis. *Cancer*, 128(2), 276–290. <https://doi.org/10.1002/cncr.33935>
- Jong, M. C., Fernee, C. R., Stenling, A., Lown, E. A., Berntsen, S., Victorson, D. E., & Jong, M. (2022). Protocol for a multicenter randomized controlled trial investigating the efficacy and safety of a nature-based program on mental and physical well-being of adolescents and young adults affected by cancer: The WAYA-2 study. *Trials*, 23, 635. <https://doi.org/10.1186/s13063-022-06560-4>
- Kao, C., Chen, L., Wang, Y., & Liu, L. (2025). The efficacy of psychosocial interventions on anxiety and depression in cancer caregivers: A systematic review and network meta-analysis. *Supportive Care in Cancer*, 33, 513. <https://doi.org/10.1007/s00520-025-09554-y>
- Lau, N., Palermo, T. M., Zhou, C., Badillo, I., Hong, S., Aalfs, H., Yi-Frazier, J. P., McCauley, E., Chow, E. J., Weiner, B. J., Ben-Zeev, D., & Rosenberg, A. R. (2022). A mobile app to promote resilience and stress management in adolescents and young adults with cancer: Protocol for a pilot randomized controlled trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 10(1), e32071. <https://doi.org/10.2196/32071>
- Li, H., Song, G., Xiao, B., & Gong, Q. (2024). Effectiveness of psychological interventions on treatment adherence and quality of life in breast cancer survivors: A systematic review and meta-analysis. *Psycho-Oncologie*, 19(1), 3599. <https://doi.org/10.18282/po3599>
- Linardon, J., Cuijpers, P., Carlbring, P., Messer, M., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2023). Digital mental health interventions. *World Psychiatry*, 22(1), 105–107. <https://doi.org/10.1002/wps.21036>
- Livia, D., & Vargas, N., (2025). *Efectividad de la terapia de aceptación y compromiso para reducir la ansiedad en adultos: una revisión narrativa* [Tesis de grado,

- Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional UPeU.
<http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/8479>
- McLouth, L. E., Ford, C. G., Pustejovsky, J. E., Park, C. L., Sherman, A. C., Trevino, K., & Salsman, J. M. (2021). A systematic review and meta-analysis of the effects of psychosocial interventions on spiritual well-being in adults with cancer. *Psycho-Oncology*, 30(4), 447-459. <https://doi.org/10.1002/pon.5607>
- Mikkonen, J., et al. (2025). Resilience-based interventions in cancer patients: A systematic review. *Psycho-Oncology*.
- Mohr, D. C., et al. (2021). Behavioral intervention technologies. *Journal of Medical Internet Research*, 23(6), e25106. <https://doi.org/10.2196/25106>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (16 de diciembre del 2025). Cáncer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
- Pennington, K. P., Schlumbrecht, M., McGregor, B. A., Goodheart, M. J., Heron, L., Zimmerman, B., Telles, R., Zia, S., Penedo, F. J., & Lutgendorf, S. K. (2022). Living well: Protocol for a web-based program to improve quality of life in ovarian cancer survivors in rural and urban settings. *JMIR Research Protocols*, 11(5), e36076. <https://doi.org/10.2196/36076>
- Song, W., Shari, N. I., Song, J., Zhang, R., Mansor, N. S., Leong Bin Abdullah, M. F. I., & Zhang, Z. (2023). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on illness acceptance in breast cancer patients: Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 24, 115. <https://doi.org/10.1186/s13063-023-07138-4>
- Su, R., Wang, R., Li, Z., Wang, Y., Zhao, X., Sun, Y., Ni, J., Zhu, Y., Luan, J., & Tian, T. (2025). Cognitive-behavioral and mindfulness-based therapies for mental health and quality of life of breast cancer patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Japanese Journal of Clinical Oncology*. <https://doi.org/10.1007/s10147-025-02875-2>
- Vagnini, D., Sorge, A., Acquati, C., Colafermina, F. A., & Saita, E. (2021). Implementing the framed portrait experience with Italian breast cancer survivors: A pilot study evaluating short-term effects of an existential approach on body

- image, coping, and self-efficacy. *European Journal of Oncology Nursing*, 52, 101960. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2021.101960>
- Vrontaras, N., Koulterakis, G., Ntourou, I., Karakatsoulis, G., Sergentanis, T., Kyrou, D., Kapetanakis, A., Karademas, E., & Karamanidou, C. (2023). Psychosocial interventions on posttraumatic growth of adults with cancer: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Supportive Care in Cancer*, 31, 472. <https://doi.org/10.1007/s00520-023-07721-5>
- Xiang, L., Wan, H., & Zhu, Y. (2025). Effects of cognitive behavioral therapy on resilience among adult cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 25, 204. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06628-3>
- Xu, W., Wan, H., Xiang, L., Wang, S., Zhu, Y., & Zheng, M. (2022). Efficacy of acceptance and commitment therapy for head and neck cancer patients with body image disturbance in China: Study protocol for a randomized controlled trial. *BMC Psychology*, 10, 200. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00888-2>
- Yen, K. Y., Cheng, J. Y., Li, J. Q., Toh, Z. A., & He, H. G. (2024). The effectiveness of digital psychosocial interventions on psychological distress, depression, anxiety, and health-related quality of life in patients with gynaecological cancer: A systematic review and meta-analysis. *Supportive Care in Cancer*, 32(4), 240. <https://doi.org/10.1007/s00520-024-08415-4>
- Zhang, T., Wakefield, C. E., Ren, Z., Chen, W., Du, X., Shi, C., Lai, L., Zhao, C., Gao, Y., Chen, Z., Zhou, Y., Wu, T., & Cai, M. (2023). Effects of digital psychological interventions on physical symptoms in cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 25, e41881. <https://doi.org/10.2196/4188>

Anexos

Anexo A

Tabla 1. *Lista de descriptores*

Adultos oncológicos	Intervenciones Psicológicas
Adults with cancer	Psychological Interventionsssa
Adult with neoplasia	Psychosocial Intervention

Tabla 2. *Estrategias de búsqueda y selección de artículos*

Base de datos	Estrategia de búsqueda
Pubmed	((("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia") AND ("Psychological Interventions" OR "Psychosocial Intervention")) AND ("Effectiveness" OR "Efficacy" OR "Efficiency")) AND ("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design")
Scopus	TITLE-ABS ("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia") AND TITLE-ABS ("Psychological Interventions" OR "Psychosocial Intervention") AND TITLE-ABS ("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design") AND PUBYEAR > 2020 AND PUBYEAR < 2025

Web Sciencie	of	1 (TI=("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia") OR AB=("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia")OR AK=("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia")) 2 (TI=("Psychological Interventions" OR "Psychosocial Intervention") OR AB=("Psychological Interventions" OR "Psychosocial Intervention") OR AK=("Psychological Interventions" OR "Psychosocial Intervention")) 3 (TI=("Effectiveness" OR "Efficacy" OR "Efficiency") OR AB=("Effectiveness" OR "Efficacy" OR "Efficiency") OR AK=("Effectiveness" OR "Efficacy" OR "Efficiency")) 4 (TI=("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design") OR AB=("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design") OR AK=("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design")) #1 AND #2 AND #3 AND #4
-----------------	----	---

National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

Log in

("Adults with cancer" OR "Adult with neoplasia") AND ("Psychological Interventions")

X

Search

Advanced
Create alert
Create RSS

User Guide

Save
Email
Send to

Sort by:
Best match

Display options

MY CUSTOM FILTERS

Edit custom filters

RESULTS BY YEAR

Reset

16 results

Page 1 of 2

Filters applied: in the last 5 years, Free full text, Adult: 19+ years. [Clear all](#)

Quoted phrase not found in [phrase index](#): "Adult with neoplasia"

☐

Telehealth cancer-related fatigue clinic model for cancer survivors: a pilot randomised controlled trial protocol (the T-CRF trial).

1

Cite

Ladwa R, Pinkham EP, Teleni L, Hanley B, Lock G, Nixon J, Agbejule OA, Crawford-Williams F, Jones L, Pinkham MB, Turner J, Yates P, McPhail SM, Aitken JF, Escalante CP, Hart NH, Chan RJ. *BMJ Open*. 2022 May 16;12(5):e059952. doi: 10.1136/bmjopen-2021-059952. PMID: 35577469 [Free PMC article](#).

INTRODUCTION: Cancer-related fatigue (CRF) is one of the most common and debilitating adverse effects of cancer and its treatment reported by cancer survivors. Physical activity, **psychological**

PUBLICATION DATE

☐ 1 year
☒ 5 years

26°C
Mayorm. nublado

Buscar

ESP LAA

00:39
10/03/2026

Scopus

Search Sources SciVal ? ? ? MF

Advanced query ☐

Intervention") AND TITLE-ABS ("experimental study" OR "randomized controlled trial (RCT)" OR "Intervention study" OR "Controlled experiment" OR "Clinical trial" OR "Quasi-experiment" OR "Longitudinal experimental study" OR "Pretest-posttest design" OR "Randomized controlled experiment" OR "Experimental design") AND PUBYEAR > 2020 AND PUBYEAR < 2025

Show less

Save search

Set search alert

Edit in advanced search

Documents Preprints Secondary documents

6 documents found

Analyze results

Refine search

Search within results

Filters

Year

Document title Authors Source Year Citations

Article • Open access

1 Mobile App Promoting Resilience in Stress Management for Adolescents and Young Adults With Cancer: Protocol for a Pilot Randomized Controlled Trial

Lau, N., Palermo, T.M., Zhou, C., ... Ben-Zeev, D., Rosenberg, A.R.

Jmir Research Protocols, 2024 13, e57950

6

Show abstract View at Publisher Related documents

26°C Mayorm. nublado

Buscar

ESP LAA

01:40 10/03/2026

Web of Science™ Smart Search Advanced Search Research Assistant

Milagros Fiestas

Advanced Search > Results for #9 AND #10 AND #11 AND #12

2 results from Web of Science Core Collection for:

#9 AND #10 AND #11 AND #12

Copy query link

+ Add Keywords

2 Documents You may also like...

Analyze Results Citation Report Create Alert

Refine results Export Refine

Search within results...

Quick Filters

Review Article 1

Open Access 1

0/2 Add To Marked List Export

Sort by Relevance < 1 of 1 >

1 The efficacy of psychosocial interventions for cancer caregiver burden: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials

Secinti, E; Fischer, IC; (...); Balliet, W

Feb 2023 | CLINICAL PSYCHOLOGY REVIEW 99

31 Citations

54 References

25°C Parc. nublado

Buscar

ESP LAA

03:13 10/03/2026