



CICLO DISFUNCIONAL



Ciclo disfuncional

(Fernández- Alvarez, 2021, Material del aula, Fundación Aigle)

La experiencia disfuncional se organiza sobre la base de tres componentes:

- Esquemas de vulnerabilidad
- Factores desencadenantes
- Agentes de mantenimiento

Esquemas de vulnerabilidad (Fernández- Alvarez,

2021, Material del aula, Fundación Aigle)

- Son las variables básicas y predisponente de cualquier trastorno
- Constituyen una combinación de factores biológicos y psicosociales
- Son parcialmente heredados y parcialmente adquiridos a través del desarrollo físico y mental (por ej. antecedentes familiares, historia de depresión previa, traumas infantiles, baja red social, etc.)

Factores desencadenantes (Fernández- Alvarez,

2021, Material del aula, Fundación Aigle)

- Activan los esquemas de vulnerabilidad
- Son interpretaciones sesgadas de signo negativo (en la atención a ciertos estímulos, en la interpretación de los datos).
- Asociados a eventos vitales traumáticos, estresantes, incontrolables. Considerando la enfermedad y sus consecuencias como factor/es desencadenante/s, es el modo en que el paciente organiza la experiencia de los distintos aspectos asociados, tales como el diagnóstico, el tratamiento, el impacto en su vida, el efecto sobre su familia, el pronóstico, etc.)

Agentes de mantenimiento (Fernández- Alvarez,

2021, Material del aula, Fundación Aigle)

- Todas las acciones que lleva a cabo el individuo para tratar de escapar a una situación disfuncional, pero que tienen el carácter de reforzar la perturbación originando la creación de un ciclo disfuncional
- Pueden ser conductas del individuo (retirarse del estímulo, por ej. evitar hacer un estudio de control, hacer reiteradas consultas médicas), modos de interacción (por ej. pedir reaseguro constante de otras personas, enojarse frecuentemente con personas del entorno), etc.
- El círculo vicioso se sostiene debido a que el individuo apela a ciertos agentes de mantenimiento que mantienen la fuerza de los factores desencadenantes.


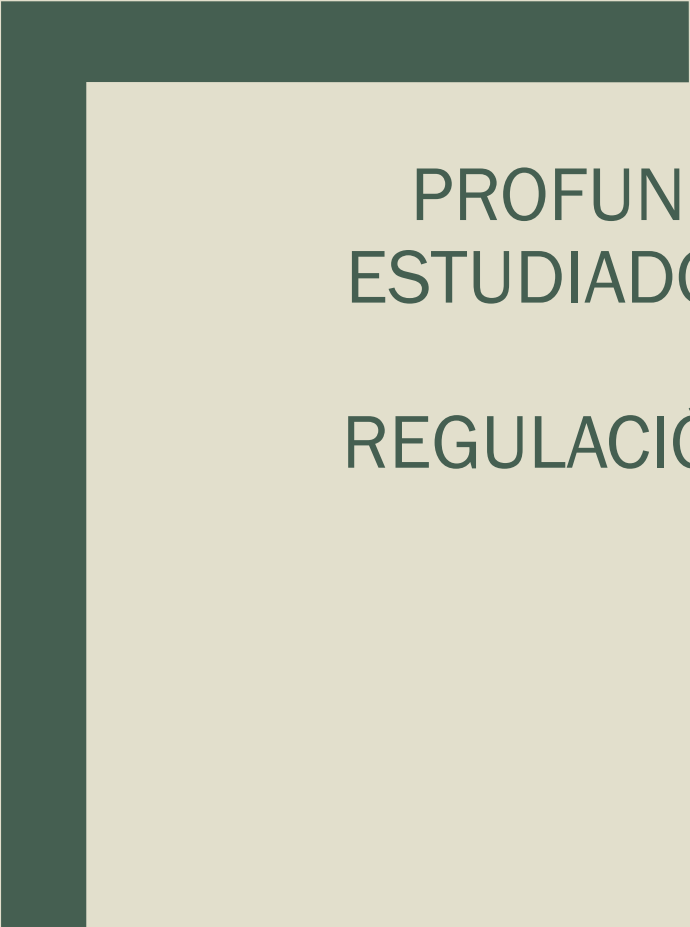
Evolución de la disfunción

(Fernández- Alvarez, 2021, Material del aula, Fundación Aigle)

- Momento vital en que tiene lugar (etapa vital, desarrollo logrado, circunstancias de vida al momento de padecer la disfunción asociada a la enfermedad)
- Antecedentes de disfunción psicológica (grado de adaptación psicológica previa a la disfunción)
- Curso (si es o no el esperable, cuál es su progresión)

Mecanismos transdiagnósticos de dificultades psicológicas

- Evitación conductual
- Intolerancia a la incertidumbre
- Sesgos de interpretación
- Pensamiento repetitivo negativo (rumiación)
- Evitación experiencial
- Desregulación emocional

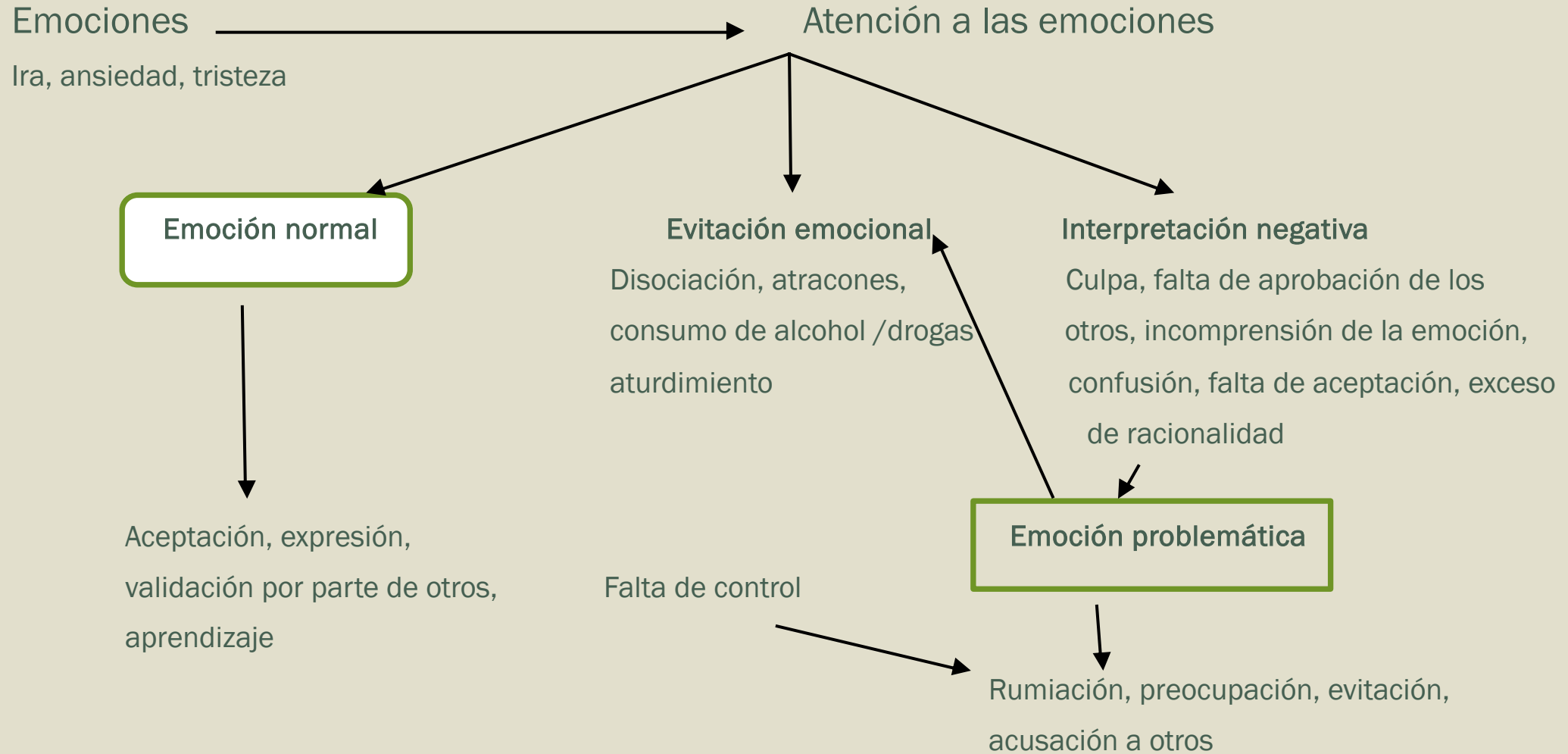


PROFUNDIZAREMOS EN DOS MECANISMOS
ESTUDIADOS EN LA ADAPTACIÓN DE PACIENTES
ONCOLÓGICOS:
REGULACIÓN EMOCIONAL E INTOLERANCIA A LA
INCERTIDUMBRE

REGULACIÓN EMOCIONAL



EMOCIONES



Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and behavioral practice*, 9(3), 177-190.

Regulación emocional

- La regulación emocional se define como las estrategias que los individuos realizan para influenciar qué emociones se experimentan, así como cuándo y cómo se las expresa (Gross, 1998).
- Se ha comprobado que las estrategias de regulación emocional inadecuadas son importantes factores que contribuyen de forma significativa al desarrollo y mantenimiento de los síntomas de ansiedad y depresión (Aldao, Nolan-Hoeksema y Schweizer, 2010).
- Las estrategias a través de las que se despliega el proceso regulatorio de las emociones pueden derivar en consecuencias adaptativas o desadaptativas. Si bien se tiende a considerar que determinadas estrategias son habitualmente adaptativas (como la reestructuración cognitiva o la aceptación) o desadaptativas (como la supresión o la rumiación), lo que realmente resulta explicativo de la aparición de estrategias desadaptativas es la flexibilidad que supone la capacidad de poner en contexto y evaluar consecuentemente con qué estrategia, en qué momento y con qué intensidad se debe llevar a cabo el proceso regulatorio.

Fernández-Álvarez, J., Díaz-García, A., González-Robles, A., & Botella, C. (2017). La regulación emocional en los trastornos emocionales, una piedra nodal para los abordajes transdiagnósticos: una revisión de la literatura.

Claridad emocional y psicopatología

- La diferencia en la capacidad de las personas para comprender sus emociones es una habilidad que a menudo se operacionaliza como *claridad emocional*, o la experiencia subjetiva de saber qué emociones uno siente.
- Los déficits en la claridad emocional parece estar presente en varias formas de psicopatología. Por lo tanto, es útil conceptualizar este déficit como un factor transdiagnóstico.

Vine, V., & Aldao, A. (2014). Impaired emotional clarity and psychopathology: A transdiagnostic deficit with symptom-specific pathways through emotion regulation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(4), 319-342.

Claridad emocional y psicopatología

- De hecho, la claridad emocional correlaciona tan frecuentemente con la regulación emocional, que algunos modelos teóricos la consideran como un subcomponente de la regulación emocional
- Actualmente se conceptualiza la capacidad de comprender las emociones como un elemento básico para la regulación adaptativa de las emociones.

La regulación emocional como mediadora de la relación entre la resiliencia y el malestar en el cáncer

- La regulación emocional es un mediador importante de la resiliencia en el cáncer. Por lo tanto las dificultades en la regulación emocional podrían ser un foco útil para la detección de pacientes en riesgo de malestar psicológico.
- Las dificultades en acceder a estrategias para manejar la propia respuesta emocional se asocia significativamente con un aumento del malestar
- Las dificultades con la claridad emocional también se relacionan significativamente con un aumento del malestar y media la relación entre la resiliencia y el malestar

Vaughan, E., Koczwara, B., Kemp, E., Freytag, C., Tan, W., & Beatty, L. (2019). Exploring emotion regulation as a mediator of the relationship between resilience and distress in cancer. *Psycho-oncology*, 28(7), 1506-1512.

INTOLERANCIA A LA INCERTIDUMBRE



Intolerancia a la incertidumbre

- “Una característica disposicional que resulta de un sistema de creencias negativas sobre la incertidumbre y sus implicaciones” (Dugas y Robichaud, 2007).
- Es el resultado de un umbral bajo de percepción de la ambigüedad, reacciones intensas ante situaciones ambiguas, que hace que se retroalimente tanto la incertidumbre como la ansiedad y la preocupación, y anticipa consecuencias futuras amenazantes.

Incertidumbre de la enfermedad

- La *incertidumbre de la enfermedad* se define como “la incapacidad de una persona para determinar el significado de los eventos relacionados con la enfermedad.”
- Puede persistir a lo largo de la trayectoria del cáncer desde el momento del diagnóstico, pasando por el tratamiento, hasta la supervivencia a largo plazo y puede exacerbarse con la progresión de la enfermedad.
- La incertidumbre sobre la enfermedad es ampliamente reconocida como una fuente común y significativa de estrés psicosocial entre los pacientes con cáncer, y los estudios han demostrado que una mayor incertidumbre afecta negativamente el ajuste psicológico de los pacientes, los comportamientos de salud y la calidad de la atención.