

ANEXOS

ANEXO 1: Variables relacionadas con NVA. Si la persona tiene menos de 3 de las primeras 8 características tiene un bajo riesgo de NVA.

VARIABLES RELACIONADAS CON NVA

1- Menor de 50 años de edad.

2- Náuseas y vómitos después de la última sesión de quimioterapia.

3- Náuseas post-tratamiento calificadas como moderadas, intensas o intolerables.

4- Vómitos post-tratamiento calificados como moderados, intensos o intolerables.

5- Sensación de calor en todo el cuerpo después de la última sesión de quimioterapia.

6- Susceptibilidad a sufrir trastornos del movimiento (cinetosis).

7- Sudoración después de la última sesión de quimioterapia.

8- Debilidad generalizada después de la última sesión de quimioterapia.

9- Potencial emético de varios fármacos quimioterapéuticos. No es sorprendente que los pacientes a quienes se administran fármacos con capacidad moderada de causar náuseas y vómitos después de tratamiento, tengan mayores probabilidades de sufrir náuseas y vómitos anticipatorios.

10 – Malestar y náuseas durante el embarazo.

11 – Vahido.

12- Mareo después de la quimioterapia.

13- Sexo femenino

14- Estado de ansiedad alto (ansiedad reactiva ante situaciones específicas).

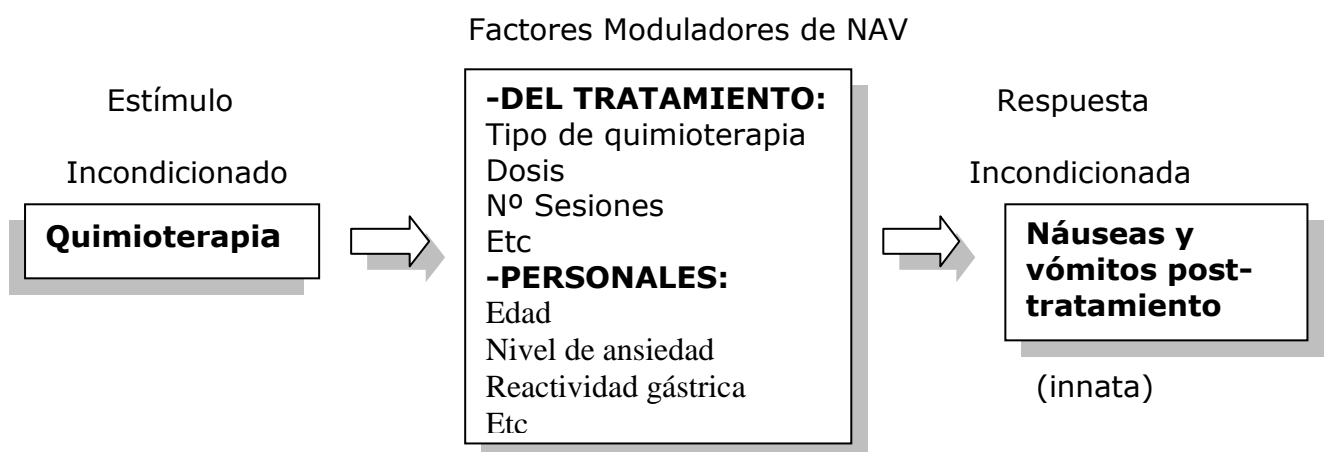
15- Mayor reactividad del sistema nervioso autónomo y tiempo de reacción más lento.

16- Expectativas del paciente antes de iniciar el tratamiento de que sufrirá náuseas causadas por quimioterapia.

17- Porcentaje de aplicaciones de quimioterapia en la que ha experimentado náuseas.

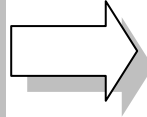
Fuente: Artículo "náuseas, vómitos y ansiedad anticipatorios, una explicación conductual." De Rodríguez-Velázquez AL, et al.

ANEXO 2: Cuadro resumen del condicionamiento clásico en tratamientos oncológicos y sus factores moduladores principales de NVA (sanitarios y personales).



Estímulos Condicionados
(neutros al principio)

Ambientales (visuales: fachada del hospital...)
Cognitivos (pensamientos: Me va a sentir fatal como la otra vez...)
Olfativos (olor de la sala, colonia del profesional que le atiende...)
Gustativos (helado...)
Temporales (secuencia de administración)



Factores Moduladores de NVA

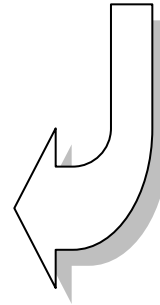
- **DEL TRATAMIENTO:**
Nauseas y vómitos post-tratamiento

- **PERSONALES:**
Ansiedad
Depresión
Afrontamiento personal
etc

Respuesta Condicionada

Náuseas y vómitos anticipatorios

(aprendida)



Fuente: Revista de psicología general y aplicada. Universidad Autónoma de Barcelona.

ANEXO 3: Escala para la valoración de la autoestima de Rosenberg (RSE).

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces, creo que no soy buena persona.				

- A: MUY DE ACUERDO
 B: DE ACUERDO
 C: EN DESACUERDO
 D: MUY EN DESACUERDO

RESULTADOS:

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

- **De 30 a 40:** Autoestima normal.
- **De 26 a 29:** No existen problemas de autoestima significativos pero es conveniente mejorarla.
- **Menos de 25 puntos:** Autoestima baja. Existen problemas graves de autoestima.

ANEXO 4: Cuestionario MOS para valorar el apoyo social que tiene o no el paciente.

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene usted? (personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar acerca de todo lo que se le ocurre)

Escriba en nº de amigos íntimos y familiares cercanos: _____

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia, u otros tipos de ayuda. ¿Con qué frecuencia dispone usted de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? Marque con un círculo uno de los números de cada fila:

	Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Alguien que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Alguien con quien pueda contar cuando necesite hablar.	1	2	3	4	5
4. Alguien que le aconseje cuando tenga problemas.	1	2	3	4	5
5. Alguien que le lleve al médico cuando lo necesita	1	2	3	4	5
6. Alguien que le muestre amor y afecto.	1	2	3	4	5
7. Alguien con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Alguien que le informe y le ayude a entender una situación.	1	2	3	4	5
9. Alguien en quien confiar o con quien hablar de sí mismo y sus	1	2	3	4	5

preocupaciones.					
10. Alguien que le abrace	1	2	3	4	5
11. Alguien con quien pueda relajarse.	1	2	3	4	5
12. Alguien que le prepare la comida si no puede hacerlo.	1	2	3	4	5
13. Alguien cuyo consejo realmente desee.	1	2	3	4	5
14. Alguien con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas.	1	2	3	4	5
15. Alguien que le ayude en sus tareas domésticas si está enfermo.	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos.	1	2	3	4	5
17. Alguien que le aconseje cómo resolver sus problemas personales.	1	2	3	4	5
18. Alguien con quién divertirse.	1	2	3	4	5
19. Alguien que comprenda sus problemas.	1	2	3	4	5
20. Alguien a quién amar y hacerle sentirse querido.	1	2	3	4	5

RESULTADO:

Se obtiene sumando todos los resultados obtenidos.

- Para obtener el **Índice global de apoyo social** valoraremos todas las respuestas.
- Para valorar el **apoyo emocional** tendremos en cuenta las respuestas de las preguntas 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.
- **Apoyo material**: Respuestas a las preguntas 2, 5, 12 y 15.
- **Relaciones sociales de ocio y distracción**: Respuestas de las preguntas 7, 11, 14 y 18.
- **Apoyo afectivo**: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación de los resultados:

	Máximo	Medio	Mínimo
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Fuente: www.samfyc.es/Revista/PDF/v6n1/03.pdf

ANEXO 5: Cuestionario de apoyo social según la tesis doctoral de M^a Sheila Pintado Cucarella, departamento de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos. Universidad de Valencia de psicología.

APOYO SOCIAL:

- ¿Hasta qué punto se siente satisfecho con el apoyo que recibe de su familia más cercana? (0-10) _____
- ¿Y de sus amigos? (0-10) _____
- ¿Hasta qué punto se siente satisfecho con el equipo de profesionales? (0-10) _____
- ¿Cree que alguien podría hacer algo por usted para que se sintiera mejor?

- 1- No
- 2- Pareja
- 3- Familiares
- 4- Equipo médico
- 5- Amigos
- 6- Otros

¿Qué podrían hacer mejor?

- 1- Apoyo emocional
- 2- Apoyo instrumental (tareas de la casa, trabajo...)

ANEXO 6: Cuestionario HAD (Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria).

A1. Me siento tenso/a o nervioso/a:

- 0- Nunca
- 1- De vez en cuando.
- 2- Gran parte del día.
- 3- Casi todo el día.

D1. Sigo disfrutando de las cosas como siempre:

- 0- Igual que antes.
- 1- No tanto como antes.
- 2- Solamente un poco.
- 3- Ya no disfruto con nada

A2. Siento una especie de temor como si algo malo fuera a suceder:

- 0- No siento nada de eso.
- 1- Sí, pero no me preocupa.
- 2- Sí, pero no muy intenso.
- 3- Sí, y muy intenso.

- D2. Soy capaz de reírme y de ver el lado gracioso de las cosas.
0- Igual que siempre.
1- Actualmente algo menos.
2- Actualmente mucho menos.
3- Actualmente en absoluto.
- A3. Tengo la cabeza llena de preocupaciones.
0- Nunca.
1- De vez en cuando.
2- Gran parte del día
3- Casi todo el día.
- D3. Me siento alegre.
0- Gran parte del día.
1- En algunas ocasiones.
2- En muy pocas ocasiones.
3- Nunca.
- A4. Soy capaz de permanecer sentado/a, tranquilo/a, relajado/a.
0- Siempre.
1- A menudo.
2- Raras veces.
3- Nunca.
- D4. Me siento lento/a y torpe.
0- Nunca.
1- A veces.
2- A menudo.
3- Gran parte del día.
- A5. Experimento una desagradable sensación de "nervios y hormigueos" en el estómago.
0- Nunca.
1- Sólo en algunas ocasiones.
2- A menudo.
3- Muy a menudo.
- D5. He perdido el interés por mi aspecto personal.
0- Me cuido como siempre lo he hecho.
1- Es posible que no me cuido como debiera.
2- No me cuido como debería hacerlo.
3- Completamente.
- A6. Me siento inquieto/a como si no pudiera parar de moverme.
0- Nunca.
1- No mucho.
2- Bastante.
3- Realmente mucho.

- D6. Espero las cosas con ilusión.
0- Como siempre.
1- Algo menos que antes.
2- Mucho menos que antes.
3- En absoluto.
- A7. Experimentando de repente sensaciones de gran angustia o temor.
0- Nunca.
1- Raramente.
2- Con cierta frecuencia.
3- Muy a menudo.
- D7. Soy capaz de disfrutar con un buen libro, un programa de radio o tv.
0- A menudo.
1- Algunas veces.
2- Pocas veces.
3- Casi nunca.

Para la valoración del cuestionario HAD se considera que entre 0 y 7 no indica caso, entre 8 y 10 sería un caso dudoso, y las puntuaciones superiores a 11 son casos, en cada una de las subescalas.

Visto en: www.guiasalud.es/egpc/ansiedad/completa