

0001Q2315204L900Q829000



INTERVENTI DI MINDFULNESS PER DOLORE E ANSIA IN PEDIATRIA E ONCOLOGIA PEDIATRICA:

UNA REVISIONE COMPARATIVA DELL'EFFICACIA CLINICA



Scuola di Specializzazione
in Psicoterapia
Cognitivo-Comportamentale



LIST OF CONTENTS

- Introduzione
- Obiettivi
- Studio 1 – Intervento Breve per Venipuntura
- Studio 2 – Revisione Narrativa in Oncologia Pediatrica
- Studio 3 – Programma Strutturato per Pazienti Oncologici (MBCT)
- Risultati Comuni
- Limiti degli Studi
- Conclusioni
- Raccomandazioni Future



INTRODUZIONE

La mindfulness promuove una consapevolezza intenzionale, focalizzata e priva di giudizio.

- Applicata inizialmente al dolore cronico, è stata successivamente utilizzata in ambito psicologico per disturbi come ansia e depressione.
- In pediatria oncologica, la mindfulness aiuta i giovani pazienti ad affrontare non solo il dolore fisico ma anche lo stress e l'ansia legati alla malattia e ai trattamenti invasivi.
- Uno dei programmi più avanzati in questo contesto è l'MBCT, che combina le tecniche della mindfulness con i principi della terapia cognitivo-comportamentale (CBT).



OBIETTIVI



- **Gestione del dolore acuto:** interventi brevi per procedure invasive come la venipuntura.
- **Supporto psicologico in oncologia pediatrica:** migliorare il benessere emotivo e la resilienza dei bambini.
- **Programmi strutturati e prolungati:** come l'MBCT, per affrontare ansia e dolore cronico, integrando strategie cognitive e mindfulness.
- **Benefici per i genitori:** riduzione dello stress nei caregiver per creare un ambiente familiare più sereno e di supporto.



STUDIO 1 - INTERVENTO BREVE PER VENIPUNTURA

Intervento:

- Una registrazione audio di 5 minuti per promuovere la respirazione nei genitori e nei bambini prima della venipuntura.

1

Conclusione:

- Un intervento breve può essere utile per i caregiver, ma per i bambini potrebbero essere necessari programmi più strutturati e intensivi.

3

Risultati:

- Genitori: significativa riduzione dello stress, con un impatto maggiore su quelli con una forte predisposizione alla catastrofizzazione.
- Bambini: i livelli di dolore percepito non sono cambiati significativamente, ma l'intervento ha indirettamente migliorato il loro comfort grazie a un ambiente familiare più sereno.

2

STUDIO 2 - REVISIONE NARRATIVA IN ONCOLOGIA PEDIATRICA

1

OBIETTIVO:

Esaminare il ruolo di yoga, meditazione e mindfulness nella gestione del benessere psicologico nei bambini oncologici.

2

BENEFICI OSSERVATI:

- Miglioramenti del 15-20% nella qualità della vita (PedsQL).
- Riduzione significativa dell'ansia, con una diminuzione della frequenza cardiaca del 14%, indicando una risposta positiva del sistema nervoso autonomo.
- Maggiore resilienza emotiva, con minore dipendenza da farmaci ansiolitici e antidolorifici.

3

CONCLUSIONE:

La mindfulness è particolarmente efficace per i giovani pazienti oncologici, ma la variabilità metodologica tra studi rende difficile trarre conclusioni definitive.

STUDIO 3 - PROGRAMMA STRUTTURATO PER PAZIENTI ONCOLOGICI (MBCT)

1

INTERVENTO

- Programma MBCT di 8 settimane, progettato per bambini e adolescenti oncologici.
- Tecniche di consapevolezza del corpo (body scan), meditazione guidata e esercizi di accettazione delle emozioni.



2

BENEFICI CHIAVE

- Riduzione significativa di ansia, dolore e disturbi del sonno.
- Miglioramento della percezione di controllo sulla propria condizione.
- Supporto emotivo rafforzato per i genitori, con una riduzione del loro stress e un miglioramento nella capacità di gestire le difficoltà emotive dei figli

CONCLUSIONE:
I programmi strutturati e prolungati offrono benefici sostanziali e duraturi per pazienti pediatrici e famiglie.

3



RISULTATI COMUNI

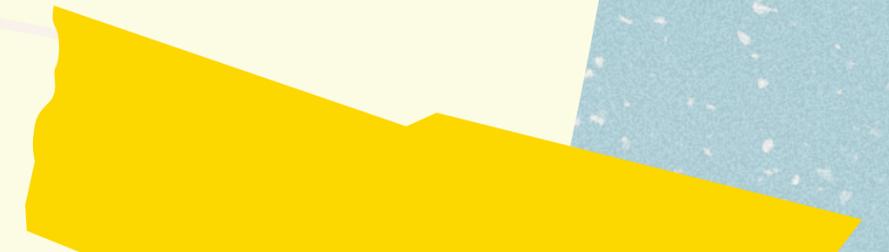
LA MINDFULNESS, E IN PARTICOLARE L'MBCT, OFFRE UN APPROCCIO INTEGRATIVO CHE:

- RIDUCE IL DISAGIO EMOTIVO DEI PAZIENTI PEDIATRICI, PROMUOVENDO IL BENESSERE PSICOLOGICO.
- SUPPORTA I GENITORI, MIGLIORANDO LA LORO CAPACITÀ DI FORNIRE UN SOSTEGNO EMOTIVO EFFICACE.
- FAVORISCE LA RESILIENZA PSICOLOGICA DEI BAMBINI, INSEGNANDO LORO A OSSERVARE PENSIERI ED EMOZIONI IN MODO NON GIUDICANTE.



LIMITI DEGLI STUDI

- Dimensione dei campioni: studi su gruppi ridotti che limitano la generalizzabilità dei risultati.
- Eterogeneità metodologica: variazioni nei protocolli e nei tipi di intervento.
- Follow-up limitati: mancano studi che valutino gli effetti a lungo termine della mindfulness nei pazienti pediatrici.



CONCLUSIONI

La mindfulness, in particolare il programma MBCT, rappresenta uno strumento potente per migliorare la qualità della vita di bambini oncologici e delle loro famiglie.

- Benefici chiave: Riduzione di ansia, dolore e stress; promozione di resilienza emotiva e benessere psicologico.
- Impatto sui caregiver: Riduzione dello stress genitoriale, creando un ambiente familiare più stabile e di supporto.
- Approccio olistico: Integrare la mindfulness nelle cure pediatriche aiuta a rendere l'assistenza più centrata sul paziente e personalizzata.



RACCOMANDAZIONI FUTURE

- Standardizzazione dei protocolli: creare linee guida univoche per l'implementazione di interventi mindfulness.
- Ampliamento dei campioni: condurre studi su larga scala per risultati più solidi.
- Integrazione con la CBT: sfruttare la sinergia tra mindfulness e terapie cognitive per massimizzare i benefici terapeutici.
- Formazione del personale sanitario: garantire un'applicazione efficace e personalizzata degli interventi.
- Adattamento culturale: sviluppare programmi mindfulness che rispettino le sensibilità culturali e individuali dei pazienti.



RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- 1. Biegel, G. M., Brown, K. W., Shapiro, S. L., & Schubert, C. M. (2009). Mindfulness-based stress reduction for the treatment of adolescent psychiatric outpatients: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77*(5), 855–866.
- 2. Bostic J. Q., Nevarez M. D., Potter M. P., Prince J. B., Benningfield M. M., Aguirre B. A. (2015). Being present at school: Implementing mindfulness in schools. *Child and Adolescent Psychiatry Clinics of North America, 24*(2), 245–259.
- 3. Burke C. A. (2010). Mindfulness-based approaches with children and adolescents: A preliminary review of current research in an emergent field. *Journal of Child and Family Studies, 19*(2), 133–144.
- 4. Carmody J., Baer R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Behavioral Medicine, 31*(1), 23–33.
- 5. Feldman, C. H., & Weiner, M. D. (2018). Mindfulness-based interventions in pediatric oncology: A systematic review. *Journal of Pediatric Hematology/Oncology, 40*(3), 163–170.
- 6. Fish, J. C., McCormick, S. J., & Hanley, J. (2014). Mindfulness-based interventions for children and adolescents: A critical review. *Mindfulness, 8*(2), 125–135.
- 7. Goodall, E. A., & McMillan, D. (2017). Mindfulness-based interventions for children and adolescents: A critical review. *Mindfulness, 8*(2), 125–135.
- 8. Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Delta.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- 9. Kabat-Zinn, J., & Hanh, T. N. (2009). *The Miracle of Mindfulness: An Introduction to the Practice of Meditation*. Beacon Press.
- 10. Mackenzie, C., & Cohen, S. (2016). Mindfulness and pediatric cancer: A systematic review of the literature. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 33(3), 135–142.
- 11. Moline, R. L., Constantin, K., Chambers, C. T., Powell, D., Lewis, S. P., Laurignano, L., & McMurtry, C. M. (2022). A Brief Mindfulness Intervention for Parents and Children before Pediatric Venipuncture: A Randomized Controlled Trial. *Children*, 9(12), 1869.
- 12. Sears, S. R., & Kraus, A. L. (2011). Mindfulness, Cancer, and Therapeutic Approaches: A Review. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 18(3), 238–246.
- 13. Simpson, T. L., & Miller, W. R. (2002). Concomitant mental and physical health conditions in a population of patients with cancer. *Journal of Clinical Oncology*, 20(14), 3130–3137.
- 14. Stritter, W., Everding, J., Luchte, J., Eggert, A., & Seifert, G. (2021). Yoga, Meditation and Mindfulness in Pediatric Oncology: A Review of Literature. *Complementary Therapies in Medicine*, 63, 102791.
- 15. van der Meer, C. A., & van Busschbach, J. T. (2020). The impact of mindfulness-based interventions on the psychological well-being of children with chronic illnesses: A systematic review. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(7), 850–862.

THANK YOU



FEDERICA CIRCO
ANNO ACCADEMICO 2024