



**AIGOM**  
ASSOCIAZIONE ITALIANA  
GEMRI (ONCOLOGI) MULTISPECIALARI

**13<sup>a</sup> EDIZIONE**  
Progetto **CANOA**

# **CARCINOMA MAMMARIO:**

## **QUALI NOVITA' PER IL 2023?**

"Saper leggere" uno studio clinico per migliorare la pratica clinica

**24-25 Marzo 2023**

Ospedaletto di Pescantina (VR)  
Centro Congressi Park Hotel Villa Quaranta

Coordinatori scientifici:  
Stefania Gori  
Giovanni L. Pappagallo



# Mindfulness

Dott. Giuseppe Deledda

Direttore Unità Operativa di Psicologia Clinica  
IRCCS Ospedale Sacro Cuore – Don Calabria  
Negrar di Valpolicella (VR)

Coordinatore Società Italiana di Psico Oncologia  
(SIPO) sezione Veneto – Trentino Alto Adige

Consigliere Direttivo ACT-Italia



# *L'evento malattia come evento «perturbante»*

Dalla **comunicazione della diagnosi, evento perturbante**, fa seguito un **periodo di crisi** in concomitanza anche **dell'avvio dei trattamenti**, a cui segue una remissione, più o meno lunga

(Annunziata M.A., 2011)

## *L'evento malattia come evento «perturbante»*

- Circa il 10-19% degli adulti con cancro sperimenta ansia durante o dopo il trattamento del cancro (Linden et al 2012; Mitchell et al, 2011, 2013)
- L'ansia correlata al cancro è multifattoriale e può derivare dalla risposta psicologica dei pazienti alla diagnosi e al trattamento del cancro e dai cambiamenti nell'immagine corporea, nella funzione sessuale, nel lavoro e nelle interazioni sociali (Pitman et al, 2018; Stark & House 2000) .
- L'ansia riduce la qualità della vita correlata alla salute dei pazienti (HRQoL) e può anche ridurre l'aderenza al trattamento (Yang et al, 2008; Frick et al, 2007; Bodurka-Bevers et al, 2000)

Nel 2014, l'American Society of Clinical Oncology ha raccomandato interventi psicologici individuali e di gruppo, come la terapia cognitivo-comportamentale, il rilassamento applicato e gli approcci farmacologici, per trattare l'ansia correlata al cancro.

La Mindfulness è stata identificata come un intervento per la gestione dell'ansia.

# *Cosa si intende con la parola mindfulness?*

“Mindfulness significa prestare attenzione, ma in un modo particolare: con intenzione, al momento presente, in modo non giudicante” (Jon Kabat-Zinn)

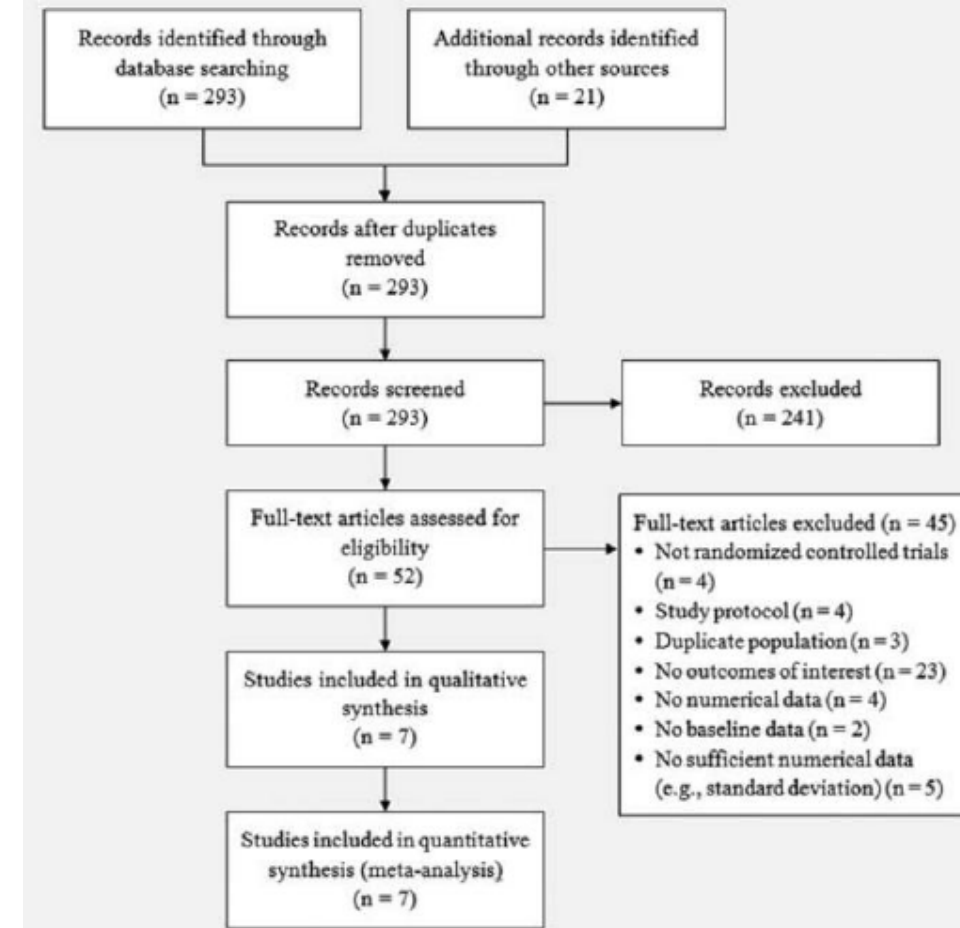
Si può descriverla anche come di un modo per coltivare una più piena presenza all'esperienza del momento, al qui e ora.

# Effectiveness of Mindfulness-based Therapy for Reducing Anxiety and Depression in Patients With Cancer

## *A Meta-analysis*

*Mei-Fen Zhang, PhD, RN, Yong-Shan Wen, RN, Wei-Yan Liu, RN, Li-Fen Peng, RN, Xiao-Dan Wu, MSN, RN, and Qian-Wen Liu, MSN, RN*

2 studi con MBAT : terapia artistica basata sulla Mindfulness  
1 studio con MBCT: terapia cognitiva basata sulla Mindfulness  
4 studi con MBSR: riduzione dello stress basata sulla Mindfulness



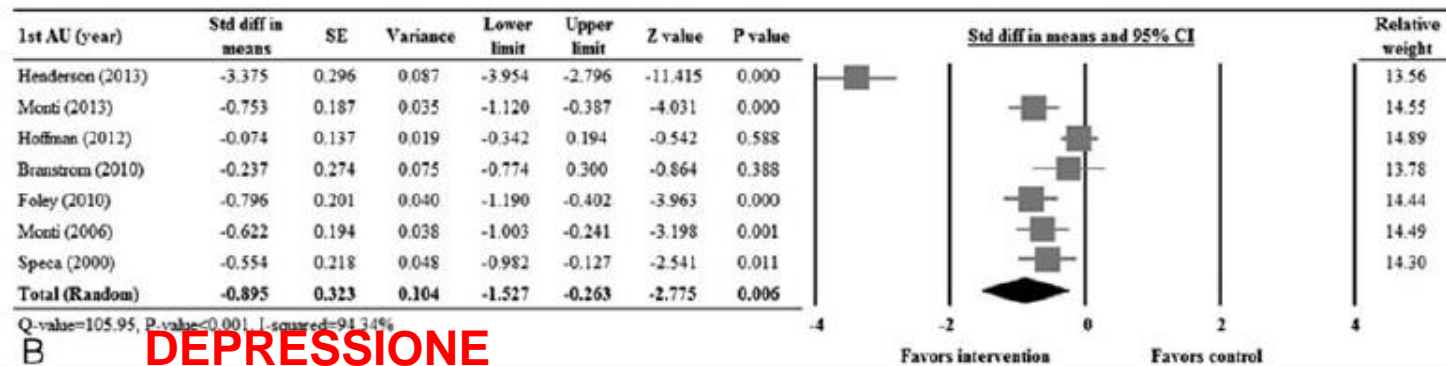
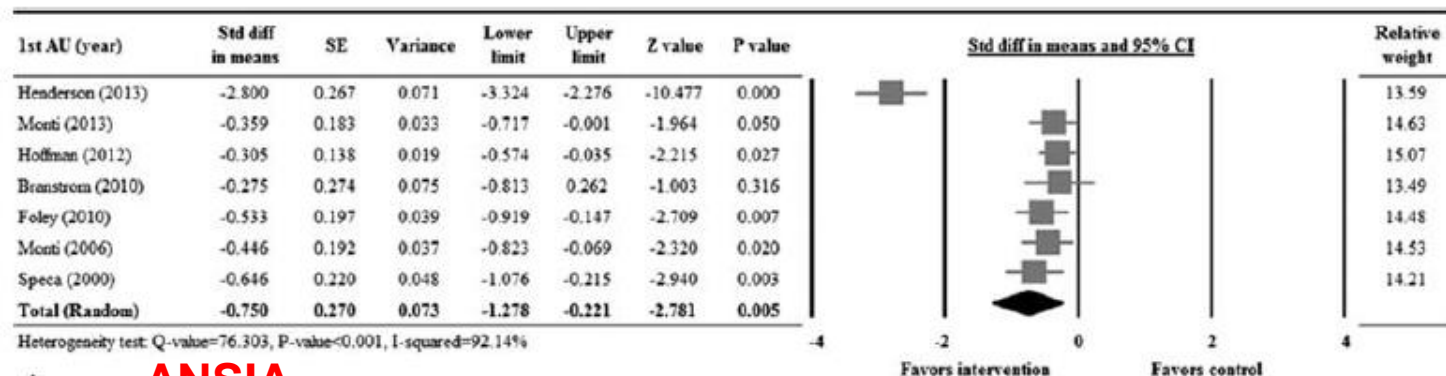
OPEN

Medicine Volume 94, Number 45, November 2015

# Effectiveness of Mindfulness-based Therapy for Reducing Anxiety and Depression in Patients With Cancer

## A Meta-analysis

Mei-Fen Zhang, PhD, RN, Yong-Shan Wen, RN, Wei-Yan Liu, RN, Li-Fen Peng, RN, Xiao-Dan Wu, MSN, RN, and Qian-Wen Liu, MSN, RN



OPEN

Medicine Volume 94, Number 45, November 2015

## Effectiveness of Mindfulness-based Therapy for Reducing Anxiety and Depression in Patients With Cancer

*A Meta-analysis*

*Mei-Fen Zhang, PhD, RN, Yong-Shan Wen, RN, Wei-Yan Liu, RN, Li-Fen Peng, RN,  
Xiao-Dan Wu, MSN, RN, and Qian-Wen Liu, MSN, RN*

Gli interventi basati sulla mindfulness hanno ridotto significativamente l'ansia e la depressione nei pazienti con cancro.





[JAMA Netw Open](#). 2020 Aug; 3(8): e2012598.

PMCID: PMC7414391

Published online 2020 Aug 7. doi: [10.1001/jamanetworkopen.2020.12598](https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.12598)

PMID: [32766801](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32766801/)

## Association of Mindfulness-Based Interventions With Anxiety Severity in Adults With Cancer

A Systematic Review and Meta-analysis

[Sapna Oberoi](#), MD,<sup>1</sup> [Jiayu Yang](#), MD,<sup>2</sup> [Roberta L. Woodgate](#), PhD,<sup>3</sup> [Saroj Niraula](#), MD,<sup>4</sup> [Shantanu Banerji](#), MD, PhD,<sup>4</sup>  
[Sara J. Israels](#), MD,<sup>1</sup> [Gary Altman](#), MD,<sup>5</sup> [Sara Beattie](#), PhD,<sup>6</sup> [Rasheda Rabbani](#), PhD,<sup>7</sup> [Nicole Askin](#), MLIS,<sup>8</sup>  
[Abha Gupta](#), MD,<sup>9</sup> [Lillian Sung](#), MD, PhD,<sup>9</sup> [Ahmed M. Abou-Setta](#), PhD,<sup>7</sup> and [Ryan Zarychanski](#), MD<sup>4</sup>

▶ [Author information](#) ▶ [Article notes](#) ▶ [Copyright and License information](#) [Disclaimer](#)

---

[JAMA Netw Open](#). 2020 Aug; 3(8): e2012598.

Published online 2020 Aug 7. doi: [10.1001/jamanetworkopen.2020.12598](https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.12598)

## Association of Mindfulness-Based Interventions<sup>1</sup> Cancer

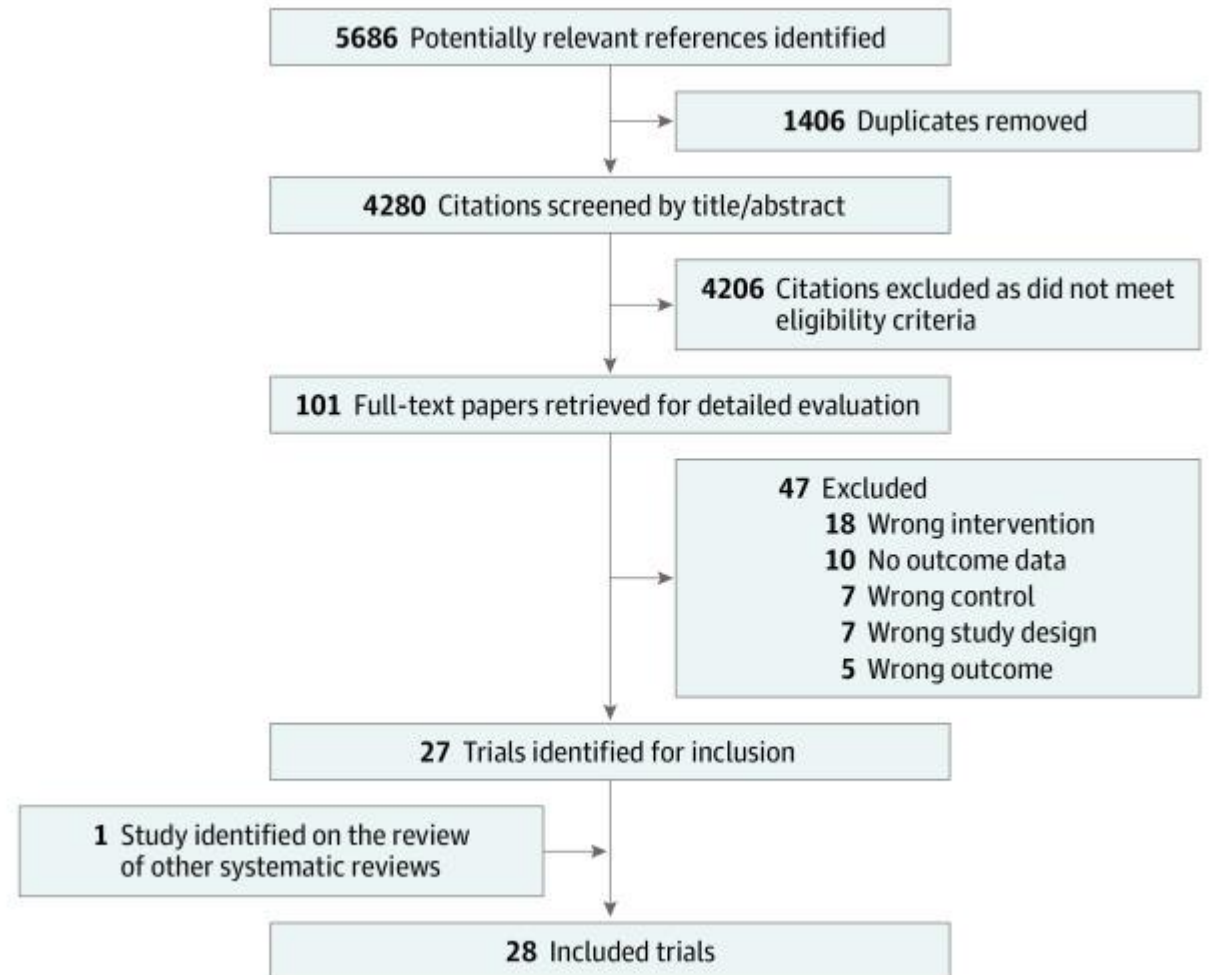
A Systematic Review and Meta-analysis

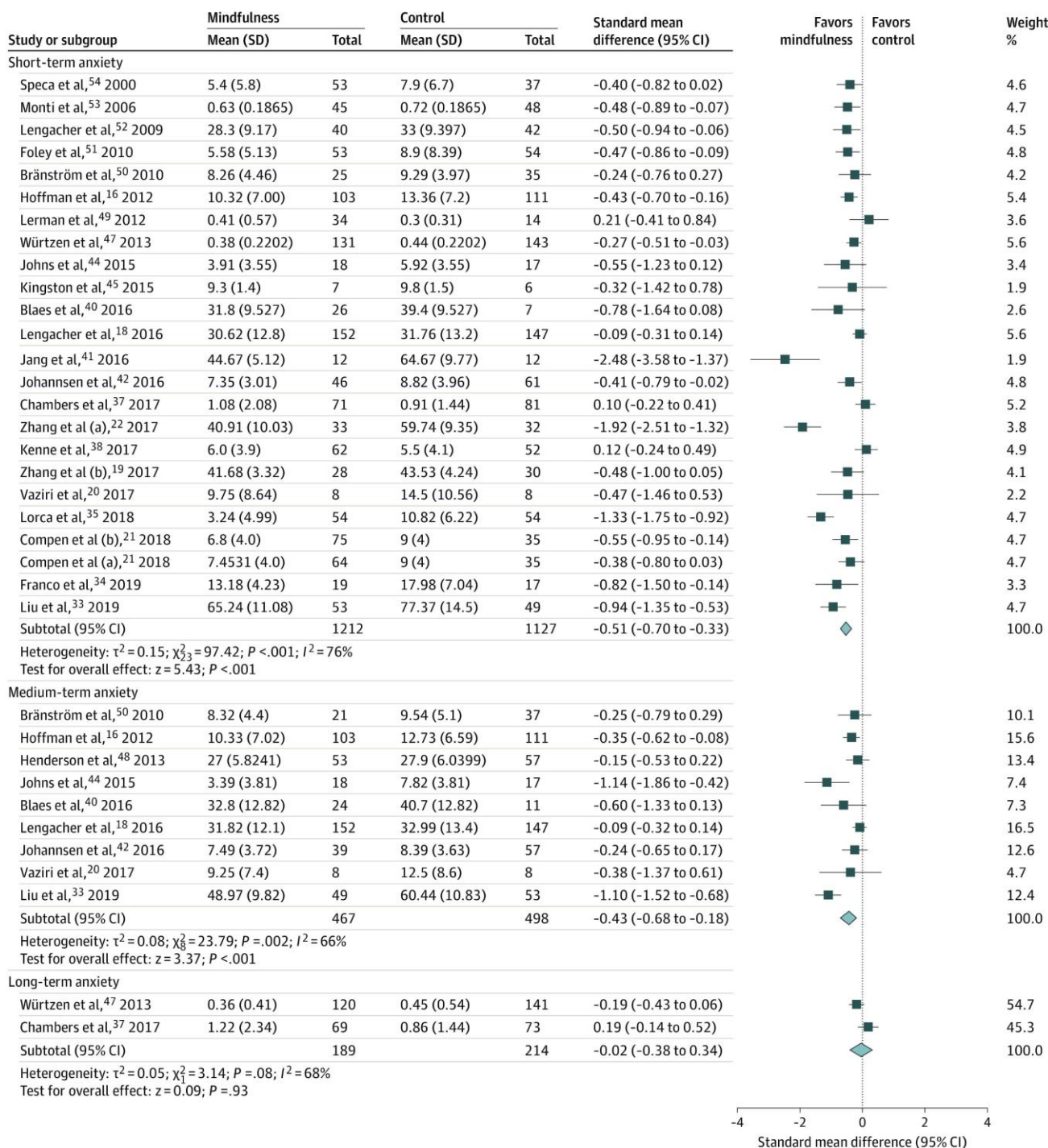
[Sapna Oberoi, MD,](#)<sup>1</sup> [Jiayu Yang, MD,](#)<sup>2</sup> [Roberta L. Woodgate, PhD,](#)<sup>3</sup>  
[Sara J. Israels, MD,](#)<sup>1</sup> [Gary Altman, MD,](#)<sup>5</sup> [Sara Beattie, PhD,](#)<sup>6</sup> [Rasheq](#)  
[Abha Gupta, MD,](#)<sup>9</sup> [Lillian Sung, MD, PhD,](#)<sup>9</sup> [Ahmed M. Abou-Setta, PI](#)

[▶ Author information](#) ▶ [Article notes](#) ▶ [Copyright and License informa](#)

PMCID: [PMC7414391](#)

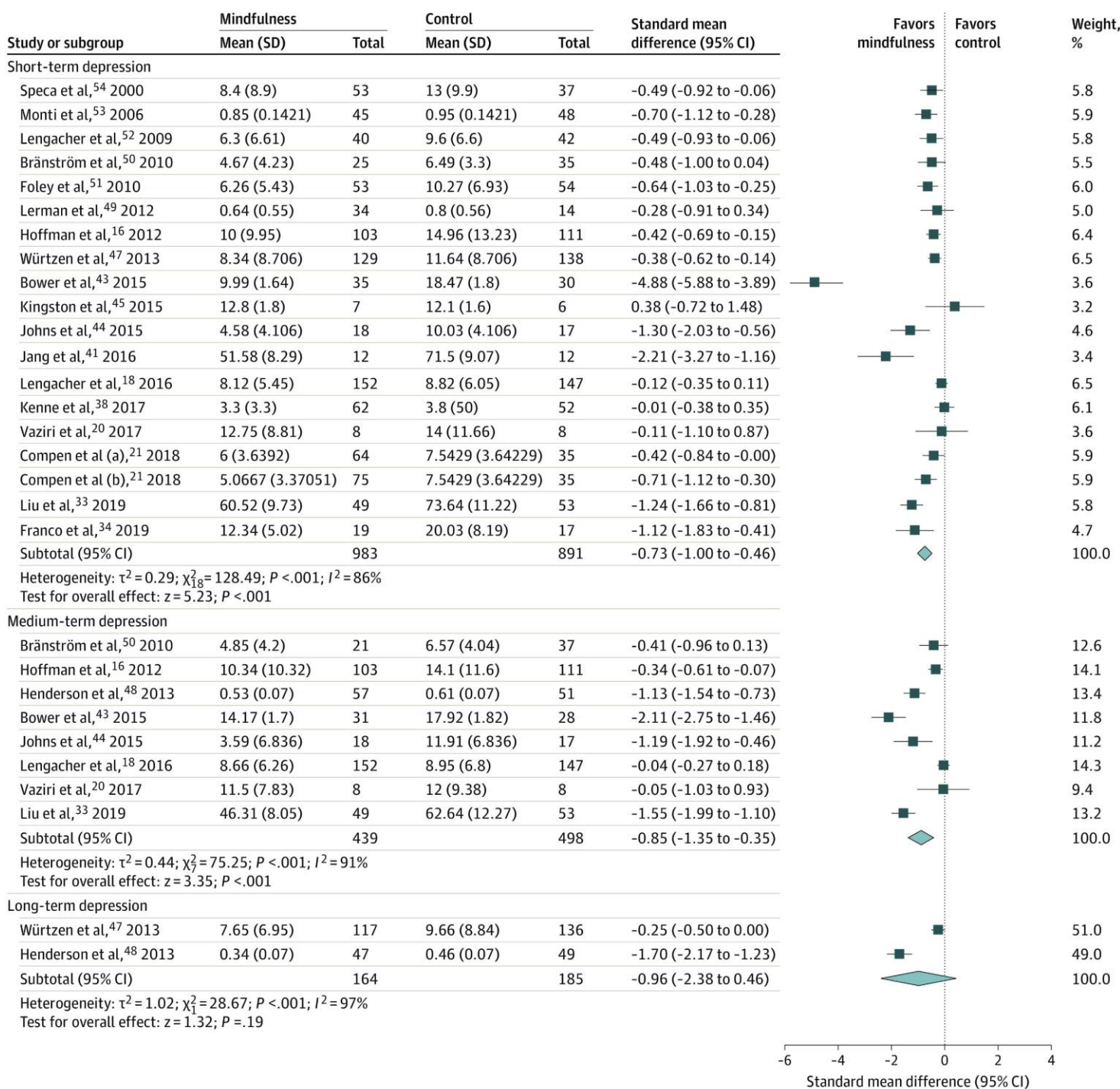
PMID: [32766801](#)





Gli interventi basati sulla Mindfulness sono stati associati a:

- ✓ riduzioni della gravità dell'ansia a breve termine (23 studi; 2339 partecipanti).
- ✓ riduzione della gravità dell'ansia a medio termine (da 1 a 6 mesi dopo l'intervento) (9 studi; 965 partecipanti)
- ✓ riduzione dell'ansia a lungo termine (da >6 mesi a 1 anno dopo l'intervento) (2 studi; 403 partecipanti)



Gli interventi basati sulla Mindfulness sono stati associati a:

✓ riduzioni della gravità della depressione a breve termine (19 studi; 1874 partecipanti)

✓ depressione a medio termine (8 studi; 891 partecipanti)

La Mindfulness non è stata associata a una riduzione della gravità della depressione a lungo termine (2 studi; 349 partecipanti)





ELSEVIER



Journal of Psychosomatic Research

Volume 140, January 2021, 110304






Review article

# The effects of acceptance and commitment therapy on the psychological and physical outcomes among cancer patients: A meta-analysis with trial sequential analysis

[Chunxiao Zhao](#)<sup>a b c</sup>, [Lizu Lai](#)<sup>a b c</sup>, [Lin Zhang](#)<sup>a b c</sup>, [Zhihui Cai](#)<sup>a b c</sup>, [Zhihong Ren](#)<sup>a b c</sup>  , [Congrong Shi](#)<sup>a b c</sup>, [Wenjun Luo](#)<sup>a b c</sup>, [Yifei Yan](#)<sup>a b c</sup>

Show more 

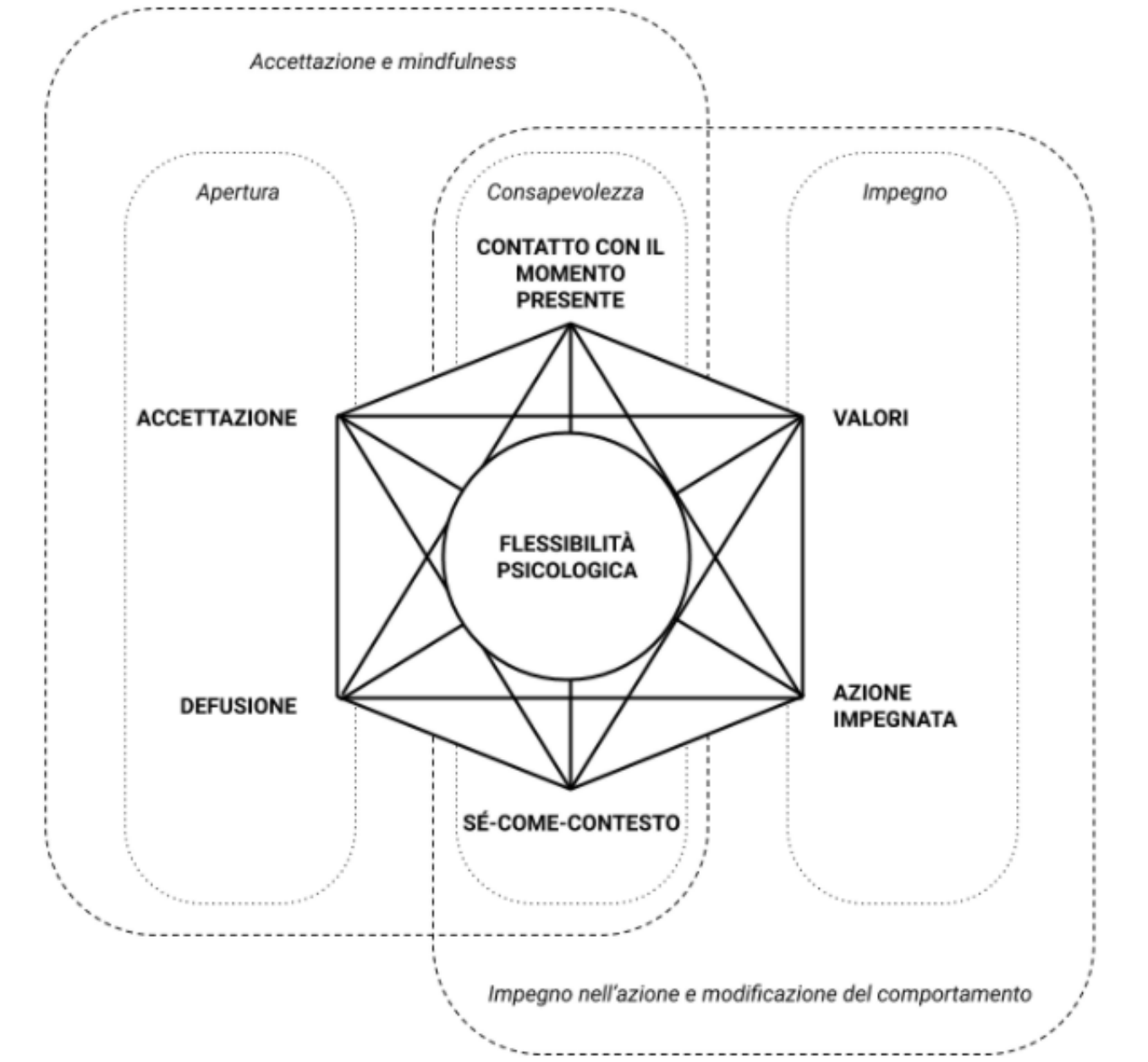
 Add to Mendeley  Share  Cite

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110304> 

[Get rights and content](#) 

sono stati  
identificati 25  
studi  
indipendenti (17  
studi  
randomizzati  
controllati, 8  
studi controllati  
non  
randomizzati;  
2256  
partecipanti).

psicopatologia e presta maggiore  
attenzione all'accettazione e ai valori come  
influenze sulle emozioni dei malati di  
cancro, affrontando così meglio la natura  
idiosincratica e dinamica dell'adattamento  
del cancro



ha migliorato il senso di speranza ( $g = 2,17$ ).

Le dimensioni degli effetti per il Distress psicologico erano maggiori negli studi condotti nei paesi orientali, nei campioni più giovani e quando la terapia era di durata più lunga.





Il primo passo per iniziare

Permettiamoci un attimo  
per fermarci  
qui  
adesso...

Grazie per l'attenzione

