



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**ENSAYO**

**“EL PAPEL DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD”**

**NOMBRE DEL ALUMNO:**

Valeria García Victoria

**GRUPO:**

1 B

**CARRERA:**

Lic. Enfermería

**PROFESOR:**

Hilda Enriqueta Islas Hernandez

## EL PAPEL DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

### **Introducción**

A continuación se explicaran los conceptos básicos en relación a la psicología y la salud para ello se abordaran temas como los orígenes de la conducta humana, la definición de salud, los antecedentes e intervención de la psicología en la salud, el comportamiento y la salud, y la psicología de la salud. Posteriormente se hablara del el papel que comprende la psicología dentro del ámbito de la salud tomando en cuenta los objetivos de la psicología en la salud, la intervención en psicología de la salud, la metodología de la intervención en salud, el manejo de las emociones en pacientes, la relación paciente – enfermera, y diversos modelos en la psicología de la salud como son el modelo cognitivo – social, el modelo creencias en salud, el modelo de reducción de riesgo, el modelo integrativo y la teoría de acción razonado. Antes de nada la psicología se encarga del comportamiento humano, es decir, que estudia la conducta humana mediante diversos factores que la determinan como los sentimientos, pensamientos y todo aquello que no se puede ver o tocar, pero que definen nuestra personalidad, gustos y disgustos. Asimismo otro objeto de estudio de la psicología son las patologías, anormalidades y problemas relacionados con la mente y la conducta ya que permiten comprender un poco más acerca de la conducta humana mediante distintos métodos y técnicas.

### **Desarrollo**

Como se mencionó antes la psicología tiene relación con la conducta humana ya que está se basa en reacciones adaptativas de los estímulos ambientales, lo que permite a la psicología estudiar la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones. En lo que respeta al origen de la misma existen dos teorías que se cree lo determinan, la primera teoría señala que el origen del ser humano se dio en África hace más de 130 000 años, pero por el comportamiento moderno que se generó en Europa hace aproximadamente 40 000 de una manera muy abrupta, algunos piensan que incluso pudo deberse a una mutación genética. Por otro lado la segunda teoría coincide con la idea de un origen biológico africano pero afirma que el comportamiento moderno también surgió ahí, en épocas mucho más remotas y que fue un proceso gradual. Posteriormente aunque existen diversos conceptos, la definición de la palabra salud es indispensable dentro de la psicología ya que esta se considera un estado que se tiene o se pierde y que su posesión implica el pleno uso de las capacidades físicas, mentales , sociales y espirituales según autores como Barro. En relación con los antecedentes de la psicología en la salud datan a partir de la segunda guerra mundial, cuando se fueron consolidando las áreas de la psicología clínica y de salud

mental, ya que los psicólogos observaban que la salud física se daba en concordancia con la salud mental. Es por ello que la intervención de la psicología en la salud se describe como un campo interdisciplinar que aplica el conocimiento obtenido por la psicología a la salud y a las personas con problemas mentales, mediante las investigaciones en el campo de la salud pública y clínica las cuales se basan en la investigación epidemiológica y de los sistemas de salud enfocándose este último en la escala macro e interorganizacional del sistema de salud, con el propósito de investigar los procesos sociales, políticos y económicos que determinan las modalidades específicas adoptadas por la población. Por consiguiente el comportamiento y salud son un tema clave dentro de psicología, ya que dependiendo el comportamiento que presente determinado individuo se determinará el estado de salud del mismo, debido a que ser y sentirse saludable se debe a múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. De modo que aunque hay estilos de vida saludables y otros insanos, el solo hecho de saber que es sano o no para nuestra salud nos provoca un cambio en nuestro comportamiento. Posteriormente debido a la preocupación de la disciplina psicológica en relación con los temas de salud, esta decidió consolidar un nuevo campo de estudio, nombrado la psicología en la salud el cual se dedica al estudio de los componentes subjetivos y de comportamiento del proceso salud – enfermedad y de la atención en salud.

Con respecto al papel de la psicología en la salud este se basa en los objetivos de la psicología en la salud ya que su objeto de estudio se relaciona con el comportamiento del individuo en un contexto constituido por la salud o por la enfermedad, donde el individuo estudiado es tanto el paciente como el profesional, lo cual permite observar al paciente desde dos puntos de vista, en el primero como tal, es decir, con sus enfermedades y en la segunda como generador de recursos adaptivos. Por consiguiente debido a que la intervención en psicología de la salud influye en el funcionamiento psicológico de los pacientes, para propiciar atención saludable, los profesionales de la salud no psicólogos deben adquirir los conocimientos necesarios, por lo que deben ser capacitados por los psicólogos, y en casos más complejos trabajar conjuntamente con ellos siendo el psicólogo responsable de diseñar la intervención. Claro teniendo en cuenta la metodología de la intervención en salud que tiene como objetivo aliviar el sufrimiento emocional y ayudar a las personas a mejorar su calidad de vida así como aumentar su bienestar, mediante una intervención con varias sesiones de evaluación desde una perspectiva cognitiva – conductual, basándose en una metodología científica utilizando técnicas y procedimientos de intervención contrastados. Por ello es de suma importancia que en la formación de los estudiantes de medicina se les indique que es mejor no relacionarse mucho con los pacientes y que no se involucren emocionalmente, lo cual es una situación

compleja para ellos porque son seres humanos que sienten y se mueven por emociones, por lo tanto la regulación de emociones juega un punto importante en este caso y es necesario que desde la formación los alumnos en este caso enfermeras aprendan la autorregulación de las emociones tanto negativas como positivas, mediante el percibir, sentir y vivenciar un estado afectivo sin ser abrumado o llevado 'por él y ser capaz de dominarlo. Acerca de la relación paciente – enfermera esta es esencialmente comunicativa sobre todo cuando el cuidado está dotado, de una sobrecarga emocional, ya que la enfermera en su función de ofrecer cuidados no solo transfiere información, sino que también brinda comprensión, apoyo, simpatía e intenta ponerse en lugar del paciente compartiendo con el mismo las posibilidades de alivio y una solución al problema. Con relación a los diversos modelos aplicados en la psicología de la salud estos nos dan un marco referencial para saber por dónde empezar, que pasos seguir y que técnicas necesitamos para influir un cambio en las conductas de las personas. Entre dichos modelos encontramos el modelo cognitivo – social el cual se basa en los trabajos de Bandura quien da importancia a los efectos del ambiente social y las cogniciones sobre la conducta y la influencia recíproca entre ellos. Asimismo el modelo de creencias en la salud es una de las teorías más utilizadas en promoción de la salud y que incluye un importante componente cognitivo/perceptivo ya que está basada en la valoración subjetiva de una determinada expectativa. Por otro lado en la teoría de acción razonado concibe al ser humano como un animal racional que procesa la información o la utiliza sistemáticamente. En relación al modelo de reducción de riesgos este fue diseñado para atenuar los comportamientos de riesgo. Por último el modelo integrativo se basa en la unión de los sistemas afectivo, cognitivo, conductual y fisiológico de una persona con una consistencia de los aspectos sociales y transpersonales de los sistemas que rodean a la persona.

## **Conclusión**

En conclusión gracias a que la psicología comenzó a ser cada vez más objetiva y fue dejando de lado la superstición y los juicios personales y decidió utilizar el método científico y convertirse en una ciencia que busca la verdad ha dado una nueva esperanza a todas aquellas personas que sufren problemas mentales, ya que la psicología ayudado en la creación de medicamentos y métodos para solucionar sus problemas.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Antología - Psicología y Salud