



Nombre:

Alcocer Rodriguez Cristian Santiago

Profesor:

Enriqueta Islas Hernandez

Tarea:

Ensayo.

Grado:

1er cuatrimestre.

Grupo:

“B”

Fecha:

14 de diciembre de 2020

Bloque I: Psicología y salud.

La psicología es estudiar el comportamiento humano, pero entiéndase bien que damos a este término un sentido muy alto, es decir, que mediante él entendemos y englobamos todas las actividades de los individuos. El grupo de fenómenos específicos que son investigados por la psicología puede distinguirse clara y exactamente de otros fenómenos: son nuestras percepciones, pensamientos, sentimientos, nuestras aspiraciones, intenciones, deseos, etc., es decir, todo lo que forma el contenido interno de nuestra vida y lo que, poco más o menos, nos es dado como experiencia. En efecto, la vinculación a un individuo, o sea a un sujeto que experimenta estos fenómenos, es la primera peculiaridad característica de todo lo psíquico.

De manera concreta, la psicología se encarga del estudio de la conducta, principalmente la conducta humana. Estudia los factores que determinan dicha conducta, los sentimientos, pensamientos y todo aquello que no se puede ver o tocar, pero que determina nuestra personalidad, gustos y disgustos. El objetivo de la ciencia es la búsqueda de la verdad de la manera más objetiva posible, dejando a un lado sentimientos personales. La principal herramienta para considerar un conocimiento verdadero o a un conocimiento ciencia es el método científico.

La psicología se justifica como una ciencia gracias a los métodos y técnicas que ha adoptado a lo largo de su evolución. Al principio la psicología era meramente inferencial, por lo que sus leyes y teorías no hubieran podido ser aceptadas en nuestros días, pero conforme el deseo de conocer la verdad y el cuestionamiento de las supuestas verdades absolutas fue aumentando se tuvo que buscar una manera de comprobar estas leyes, y así, la psicología comenzó su camino en la experimentación.

Las conductas humanas

Estas constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad. Es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente. Cuando hablamos de conducta, apuntamos, primeramente, a las actividades claras y evidentes observables por los demás: su caminar, hablar, testicular, su actividad cotidiana, a esta conducta se le denomina conducta evidente por ser externamente observable. La conducta humana viene dada por reacciones adaptativas a

los estímulos ambientales, la psicología estudia la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones.

En la conducta humana existen factores influyentes, como son los factores biológicos y los factores ambientales o de socialización, estos últimos refiriéndose a la influencia de la familia, los amigos y la sociedad en el comportamiento de todo individuo.

Psicología y salud. Existen varias concepciones para la definición de salud, la primera que se aborda es un concepto de salud que se refiere a un equilibrio inestable del ser humano, de su organismo biológico y de su cuerpo (entendido este como las representaciones del mismo), en relación con factores biológicos, medio ambientales, socioculturales y simbólicos, que permiten a cada ser humano además de crecer, potenciar sus posibilidades en función de sus propios intereses y de los de la sociedad en la cual se encuentra inmerso.

La salud es pues, más que un estado, un proceso continuo de restablecimiento del equilibrio, proceso que cuando alguno de los factores implicados cambia y dicho cambio se mantiene en el tiempo, el ser humano adopta una respuesta fija, que en algún momento previo fue adecuada para restablecer el equilibrio; pero, al tornarse, inflexible lleva a un estado catastrófico que puede ser incompatible con la vida **(Canguilhem 1982)**.

Antecedentes.

Desde la antigüedad, la humanidad se ha preocupado por la salud y la enfermedad. En un principio se creía que esta última estaba influenciada por fuerzas espirituales. Los griegos fueron los primeros en argumentar su origen como fenómeno natural. A partir de la Segunda Guerra Mundial, se fueron consolidando las áreas de Psicología Clínica y de salud mental, los psicólogos se percatan que la salud física se daba en concordancia con la salud mental.

La Psicología Médica "abarca todos los conocimientos de psicología útiles para el ejercicio de la medicina integral, particularmente los conocimientos sobre la personalidad del enfermo, la relación médico-enfermo, la personalidad del médico, el diagnóstico personal y comprensivo y los procedimientos de curación psicológica o psicoterapia" **(Alonso-Fernández, 1978)**.

Psicología y salud

Aunque la Psicología de la Salud no tiene una definición oficial, Matarazzo (1982) la describió como un campo que engloba aportaciones diversas de la psicología en relación a la educación, la ciencia y la profesión, aplicadas a la salud y a la enfermedad. La American Psychological Association propone que la Psicología de la Salud es un campo interdisciplinar que aplica el conocimiento obtenido por la psicología a la salud y a la enfermedad en programas sanitarios. Estas intervenciones se aplican en la atención primaria o en unidades médicas. **Thielke y otros (2011)** describen cuatro subdisciplinas dentro de la Psicología de la Salud: la Psicología Clínica de la Salud, la Psicología de la Salud Pública, la Psicología de la Salud Comunitaria y la Psicología de la Salud Crítica, Psicología clínica.

La Psicología Clínica tiene como objetivo diagnosticar y ofrecer psicoterapia a personas que podrían haber desarrollado un trastorno psicológico, es decir, que pone su diana en la salud mental ante alteraciones cognitivas, emocionales o conductuales cuya gravedad, a veces, sobrepasa el umbral de lo clínico y daña la salud mental.

Comportamiento y Salud.

Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Sin embargo, la salud se equipará con frecuencia a la ausencia de enfermedad, según la autora del artículo. Pero las principales causas de muerte están relacionadas con actividades voluntarias de la persona. La salud es hoy día un valor social en alza; en recientes estudios longitudinales se aprecia su incremento progresivo, mientras que otros valores, como el civismo o los derechos de la mujer, están en declive. Su importancia se sitúa en algunos países incluso por encima del trabajo.

Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Sin embargo, con frecuencia, la salud se equipará a la ausencia de enfermedad. Así, la salud parece buscarse exclusivamente en el hospital, como lugar de curación. Y cuando un sistema sanitario público entra en crisis da la impresión de quebrantarse la salud del país en el que eso ocurre.

Bloque II; el papel de la psicología en la salud

La psicología médica es una parte de la Psicología. Su objeto de estudio es el comportamiento del individuo en un contexto constituido por la salud o por la enfermedad. El individuo estudiado es tanto el paciente como el profesional. El paciente se observa desde dos puntos de vista: como tal, o sea en sus relaciones con la enfermedad, y como generador de recursos adaptativos. El comportamiento del profesional se estudia en sus funciones características: la promoción de la salud, la investigación y la búsqueda de información, el diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación.

Por lo tanto, la psicología médica recoge y sintetiza las aportaciones provenientes de varios campos disciplinarios: la psicología, la medicina, la educación para la salud y la comunicación. La información básica la ofrecen los profesionales y los pacientes: la tarea de la psicología como ciencia consiste en estructurar esta información en un discurso psicológico, proporcionándole un marco teórico y un lenguaje científico.

La comprensión de cada paso del proceso es fundamental y ayuda en la consecución de los objetivos, por lo que es importante que la persona pregunte o consulte todas sus dudas en cualquier momento de la terapia.

En Medicina se ha centrado la enseñanza y la formación en aprender diferentes competencias, habilidades y aptitudes enfocadas a desarrollar la parte clínica de la Medicina, se utiliza la medición del coeficiente intelectual (CI), como único referente para evaluar la inteligencia de los alumnos, sin embargo actualmente se ha demostrado que el coeficiente emocional (CE) es también un parámetro útil y necesario, sobre todo en las áreas de la salud, ya que mide la capacidad del individuo de sentir, entender y controlar los estados anímicos propios y de las personas que le rodean.

Los médicos durante sus estudios y ya como profesionistas viven cotidianamente situaciones de muerte y sufrimiento, podríamos decir que “esto es su materia prima” y deben de afrontarlas de manera adecuada, ayudando al paciente y a la familia, al mismo tiempo que se protegen del sufrimiento. Otra situación a la que se enfrentan es el trabajo emocional, es decir el personal de salud y los alumnos de Medicina deben expresar emociones impuestas por las normas organizacionales (escuela, hospitales, unidades de atención primaria, etc.) pero que no representan sus verdaderos sentimientos, ocasionando de esta forma la llamada disonancia emocional y el síndrome de burnout, que una de sus características es el maltrato hacia los pacientes.

De forma general, la crítica hacia este grupo de teorías está centrada en el hecho de que ellas dependen de que exista una relación interpersonal, se adaptan solo ante la posibilidad de la comunicación entre la enfermera y el paciente. Por lo tanto, su aplicación se limita en situaciones de enfermería donde se brinda atención a pacientes en coma, recién nacidos, ancianos con alguna condición de demencia o longevos. Otra de las autoras de la teoría de la relación interpersonal es Riechl-Sisca, cuya teoría se deriva del interaccionismo simbólico, en el cual la comunicación es un elemento esencial y principal fuente de intercambio entre los seres humanos.

Enfermera – paciente.

Por lo que respecta la relación enfermera-paciente, es esencialmente comunicativa, sobre todo cuando el cuidado está dotado, también, de una sobrecarga emocional. La capacidad de comunicación se puede relacionar con la experiencia del cuidar, desde el punto en que la enfermera en su función de ofrecer cuidados no solo trasmite información, sino que también brinda comprensión, apoyo, simpatía, compasión. Además, escuchará los problemas, emociones e inquietudes del paciente, intentará ponerse en su lugar y compartirá con este las posibilidades de alivio y solución del problema.

La comunicación en enfermería propone la modificación del comportamiento humano y de factores relacionados con el que directa o indirectamente promueven la salud, previene enfermedades o protegen a los pacientes del daño. Una buena comunicación enfermera-paciente tiene resultados positivos, tanto para el paciente como para la enfermera. La confianza del paciente en los planes de cuidados y la toma de decisiones mejora los resultados del tratamiento. Es por ello que la comunicación enfermera-paciente es una condición necesaria para la práctica de enfermería.

El estado emocional de un paciente es diferente al momento del ingreso, pero cuando la enfermera intercambia experiencias con él, se propicia un ambiente de confianza y estabiliza su estado emocional, coopera con el tratamiento y su estadía hospitalaria será mejor comprendida. La comunicación es una necesidad del paciente y de la familia, le permite conocer sobre su estado de salud y estar actualizado sobre la enfermedad.

Modelos cognitivo social entre otros.

Se sitúa por lo tanto en contra de los más extremistas con respecto a la localización de las causas de la conducta, rechazando el extremo ambientalista y el determinismo personal,

Bandura establece una interacción entre las distintas corrientes, por lo que los factores ambientales, personales y conductuales, no son entidades separadas, sino que interactúan mutuamente entre sí.

La Psicoterapia Integrativa adopta una actitud hacia la práctica de la psicoterapia que declara el valor inherente de cada individuo. Es una psicoterapia de unificación que responde de forma apropiada y eficaz a la persona en el plano afectivo, conductual, cognitivo y fisiológico de su funcionamiento; también trata la dimensión espiritual de la vida.

Conclusión.

Para explicar la salud y la enfermedad se puede hacer desde el modelo biomédico o el modelo biopsicosocial, aunque aún persiste el biomédico, el biopsicosocial ha tomado más auge debido a su perspectiva holística, y que no sólo considera a la enfermedad, sino también a la salud para conservarla y así prevenir a la enfermedad.

La experiencia de la enfermedad depende de la percepción que tenga el individuo de la misma, la cual esta mediada por las creencias sobre cuál es la causa que origina a la enfermedad, principalmente, pero también en la forma de enfrentarla, y con base a estas creencias reacciona a la enfermedad, comportándose como enfermo o como lo hace cotidianamente sin que interfiera en sus actividades.

Para cuidar y mantener la salud es primordial tener una alimentación balanceada la cual está regulada neurofisiológicamente, pero también esta mediada por factores socioculturales, y estos últimos son los que más influyen para los trastornos alimenticios que a su vez originan otras enfermedades, a menos que el hipotálamo, que en este caso es el que interviene en la regulación del hambre y la saciedad tenga alguna disfunción, entonces las alteraciones alimenticias serian producto de la neurofisiología.