



**Presentado por:** Ávila Delesma Clara del Rosario.

**Nombre del profesor:** Psic. Liliana Villegas López.

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico: "EL Papel de la Psicología en la Salud"

**Materia:** Psicología y Salud.

**Grado:** 1º Cuatrimestre, Enfermería.

## "El papel de la Psicología en la Salud"

### Objetivos de la psicología en salud.

- El objetivo principal de la psicología de la salud es comprender qué factores psicológicos tienen un papel más importante en nuestro bienestar físico.
- Entender la relación entre el cuerpo, la mente y la sociedad.
- Prevención de enfermedades.
- Mejora de la salud mental de los pacientes

### Intervención en psicología de la salud.

Entrenar y asesorar a los profesionales de la salud que están en contacto directo con los pacientes, y, en algunos casos, trabajar conjuntamente con ellos (para controlar los estímulos externos e influir en la disposición psicológica más flexible).

Entrenar a los pacientes para que dominen habilidades psicológicas que les permitan autocontrolar su propia conducta, y el debilitamiento de la disposición psicológica más rígida.

Aprender a desarrollar una buena relación con los pacientes (empatía, confianza, colaboración recíproca, asertividad controlada), y para ello, dominar estrategias verbales y no verbales que aumenten su efectividad interpersonal.

### Metodología de la intervención en salud

El proceso de intervención comienza con varias sesiones de evaluación. En éstas el objetivo es analizar el malestar persistente, así como los factores que han podido intervenir en la aparición del problema, y los factores que influyen en el presente mantenimiento del malestar, basándose en una metodología científica y utilizando técnicas y procedimientos de intervención de probada eficacia y suficientemente contrastados.

### Manejo de emociones en pacientes.

Se puede aprender la autorregulación de las emociones negativas, pero además de las positivas, planteamiento que implica un paso más allá; consiste en percibir, sentir y vivenciar un estado afectivo sin ser abrumado o llevado por él, y ser capaz de dominarlo. Durante una respuesta emocional, los sistemas cognitivos, fisiológicos y de comportamiento son a distintos niveles, con el fin de preparar al individuo para adaptarse al cambio. Por ello, las emociones también tienen una función adaptativa.

### Relación paciente-enfermera (o).

La enfermera y el paciente intercambian información de forma activa y recopilan conocimientos, siempre a través de la adopción mutua de roles y la selección y empleo conjunto por parte de la enfermera de los métodos teóricos. En esencia, la enfermera elige entre diversas teorías, terapias y disciplinas de salud afines para planificar e implementar intervenciones de enfermería eficaces.

### Modelos en la psicología de la salud.

- Modelo Cognitivo – Social: propone el desarrollo máximo y multifacético de las capacidades e intereses y la propiciación oportunidades para que trabajen en forma cooperativa y solucionen problemas que no podrían resolver solos.
- Modelo de Creencias en Salud: disposición de una persona para adoptar una conducta de salud.
- La Teoría de Acción Razonado: trata de predecir la conducta humana, relaciones entre actitudes, convicciones, presión social, intenciones y conducta.
- Modelo de Reducción de Riesgo: estrategia de intervención para prevenir y disminuir problemas derivados del abuso de drogas, alcohol, tabaquismo, entre otros.
- Modelo Transteórico del Cambio Conductual: comprende como se produce el cambio de las personas ante una determinada conducta adictiva.
- El Modelo Integrativo: desarrollan una comprensión profunda de cuerpos organizados de conocimiento, al mismo tiempo que practican el pensamiento de nivel superior.