



Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Diego Alberto Jiménez Mateo

*Nombre del tema: Unidad II El papel de la psicología en la Salud y Unidad III
Instrumentos de la psicología de la Salud*

Parcial: Primer Parcial

Nombre de la Materia: Psicología de la Salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Primer Cuatrimestre

UNIDAD II
EL PAPEL DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

El papel de la psicología en la salud.

Objetivos de la psicología en la salud

Psicología medica

- 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.

Objetivo

- Tiene por objetivo la conversación y el restablecimiento de la salud.
- Son describir, explicar, predecir y modificar el comportamiento humano.

Cuáles son los dos puntos de vista de observación al paciente

- Como tal, o sea en sus relaciones con la enfermedad.
- Como generador de recursos adaptativos.

Cuáles son las principales áreas estudiadas por la psicología médica

- Explicar, en términos de interacción, el dolor y otros procesos de enfermar y los efectos terapéuticos
- Los hábitos y estilos de vida, su influencia en la salud y en la enfermedad, su adquisición y modificación.
- Las influencias recíprocas entre el proceso de enfermar, el comportamiento y los estilos de vida, con especial referencia a los procesos crónicos.
- El profesional como educador o modificador de hábitos de comportamiento y la elaboración de los programas terapéuticos.

El papel de la psicología en la salud.

La intervención en psicología de la salud

Cuales son los 3 línea de actualización fundamentales

Controlando los estímulos antecedentes y consecuentes, tanto externos como internos.

Propiciando una adecuada disposición psicológica de los pacientes que pueden ser más flexible o más rígida.

Entrenando a los pacientes para que dominen habilidades que les permitan autocontrolar su propio comportamiento.

Cuál es su función de los enfermeros no psicólogos

El control de estímulos antecedentes y consecuentes externos.

Influencia en la disposición psicológica más flexible.

Estrategias para controlar estímulos externos

Estrategias operantes como el control del estímulo.

La utilización de conductas incompatibles.

El reforzamiento social y material y la extinción y el castigo positivo y negativo.

Estrategias para la disposición psicológica y más flexible

Aprender a desarrollar una buena relación con los pacientes como, empatía, confianza y colaboración.

Dominar estrategias verbales y no verbales que aumenten su efectividad interpersonal.

Cuáles son los 2 objetivos para aprender a transmitir información al paciente

Reducir la incertidumbre del paciente.

Fortalecer su percepción de control sobre la enfermedad y el proceso de curación.

El papel de la psicología en la salud

La metodología de la intervención en salud

Objetivo

Es aliviar el sufrimiento emocional y ayudar a las personas a mejorar su calidad de vida.

Es impedir que el problema se haga dueño de la vida de la persona.

Calidad de vida

El modo en que la persona percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en que vive.

La salud física de la persona debe estar en su estado psicológico, grado de independencia, sus relaciones sociales, los factores ambientales y sus creencias personales.

El proceso de intervención

Es analizar el malestar persistente.

Así como los factores que han podido intervenir en la aparición del problema.

Comprensión del problema

Este aspecto es fundamental para poder trabajar a lo largo de la intervención.

Propuesta de tratamiento

Explicar que conlleva el diseño y plan de tratamiento especializado ajustado a cada persona y es importante que la persona entienda el porqué del tratamiento específico y su relación con el problema.

Marcha del tratamiento

Estas técnicas son seleccionadas en función de la problemática específica y características de cada persona.

El papel de la psicología en la salud

Manejo de emociones en pacientes

Manejo emocional

El control emocional se lleva a cabo con el objetivo de entender y controlar las emociones a las que una persona se puede ver expuesta en su día a día.

Es la habilidad de una persona a la hora de gestionar y canalizar los distintos tipos de emociones, ya sean positivas o negativas.

Tipos de emociones

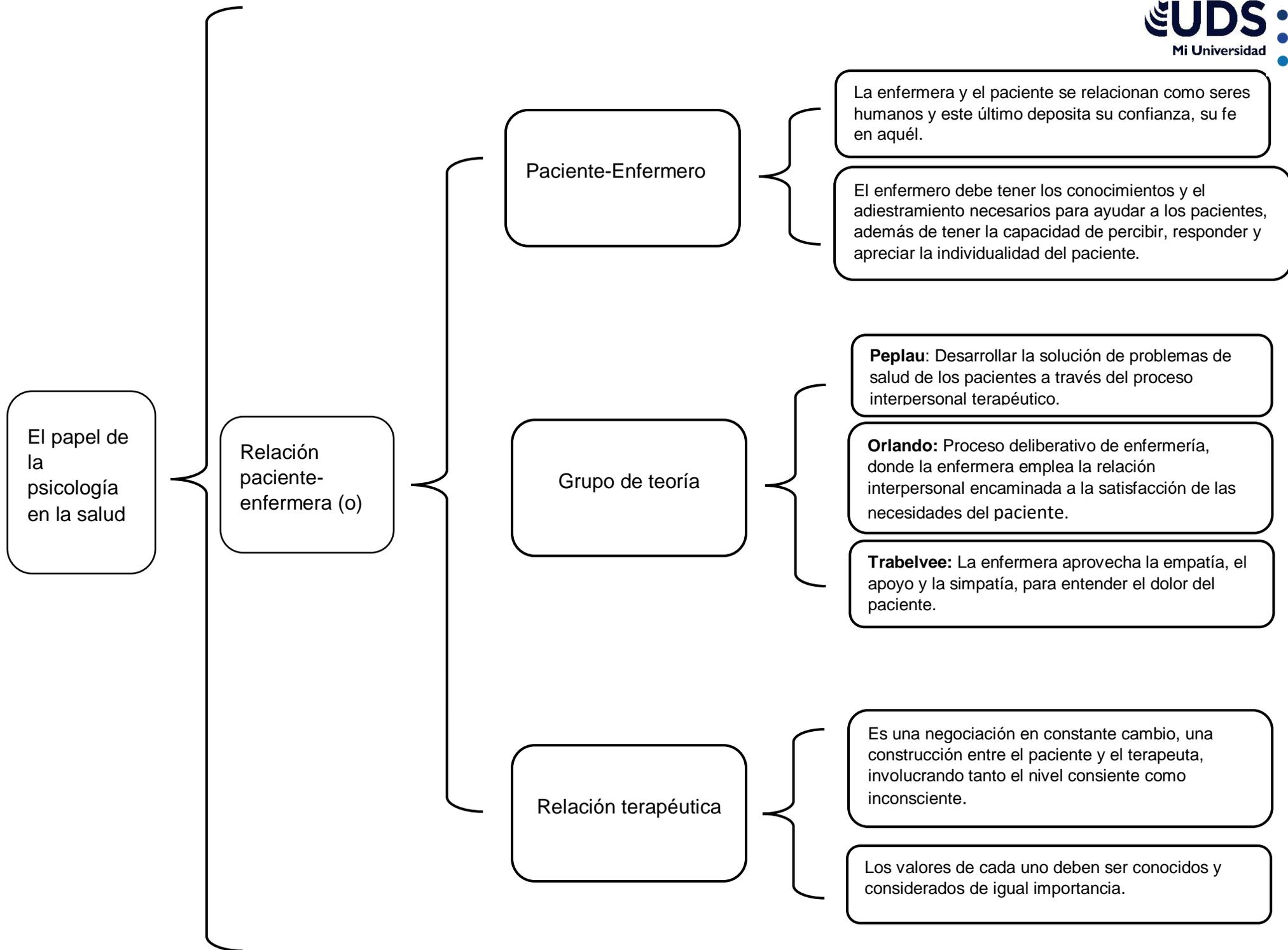
Emociones primarias o básicas: son aquellas como, ira, tristeza, alegría, miedo, sorpresa, aversión.

Emociones secundarias: Son aquellas que se generan luego de una emoción primaria, vergüenza, culpa, orgullo, ansiedad, celos, esperanza.

Apoyo emocional

El apoyo emocional facilita a afrontar mejor la enfermedad por parte de los pacientes.

Nos permite conocer las fases de adaptación que se producen en una enfermedad de larga duración.



El papel de la psicología en la salud

Diversos modelos en el psicólogo de la salud

Diverso Modelos

Los modelos nos dan un marco referencial para saber por dónde empezar.

Modelo Cognitivo – Social

Los modelos cognitivos primarios se basan en experiencias sensoriales y motoras y conceptos básicos como temperatura, tamaño, altura, emoción.

El Modelo de Creencias en Salud

Es una valoración subjetiva de una determinada expectativa, es el valor que será el deseo de evitar la enfermedad o padecimiento y la expectativa la creencia en que una acción posible de realizar prevendrá o mejorará el proceso.

Teoría de Acción Razonado

La teoría de la acción razonada es un modelo de toma de decisiones racional que nos ayuda a entender como una persona llega a tomar una decisión para realizar cierta acción

Modelo de Reducción de Riesgo

Es lograr un cambio de actitudes y motivar a la persona a desarrollar habilidades conductuales que reduzcan el riesgo.

Modelo Transteórico del Cambio Conductual

Se focaliza en las condiciones que hacen posible el cambio de los individuos que están tratando de cambiar por si solos, sin ayuda profesional.

El Modelo Integrativo

Se hacia la comunidad y no hacia problemas individuales. Define el problema usando indicadores epidemiológicos y de psicología.

El papel de la psicología en la salud.

Modelo cognitivo-social.

Modelo cognitivo.

Presenta una perspectiva de libertad de acción del comportamiento humano, ya que las personas pueden aprender a establecer metas.

A autorregular sus cogniciones, emociones, conductas y entornos en formas que les faciliten lograr esas metas.

Deben que tenerse en cuenta las siguientes capacidades básicas.

Capacidad simbolizadora, Capacidad de previsión, Capacidad vicaria.

Capacidad autorreguladora, Capacidad de autorreflexión.

Significado de las capacidades.

Simbolizadora: Es para ensayar simbólicamente soluciones sin que sea necesario ejecutarlas y sufrir las consecuencias de sus errores.

Prevención: Proponerse metas que se ensayan las posibles acciones y consecuencias, que se pueden convertirse en motivadoras.

Vicaria: Mediante la observación de modelos se puede aprender vicariamente de lo que otros hacen y las consecuencias de dichas acciones.

Autorreguladora: El hombre puede controlar su propia conducta manipulando el ambiente y utilizando estrategias cognitivas proponiéndose metas.

Autorreflexión: Es analizar sus propias experiencias, contrastándolas con los resultados obtenidos, analizar sus ideas,

El papel de la psicología en la salud.

Modelo de creencias de salud.

MCS.

Es una teoría construida en la valoración subjetiva de una determinada expectativa

Se defiende que todo tipo de comportamiento puede ser reducido a relaciones estímulo-respuesta elementales y justificado por sus inmediatas consecuencias.

MCS se basa en tres premisas

La creencia -o percepción- de que un determinado problema es importante o suficientemente grave como para tenerlo en consideración.

La creencia -o percepción- de que uno es vulnerable a ese problema.

La creencia -o percepción- de que la acción a tomar producirá un beneficio a un coste personal aceptable.

MCS

De acuerdo con MCS, la concurrencia simultánea de estos tres factores favorece la adopción de determinados patrones de conducta.

La MCS puede tener una utilidad en la prevención del VIH/Sida, máxime si se complementa con otros de reforzamiento y capacitación

El papel de la psicología en la salud.

Teoría de acción razonado

Martín Fisbhein e Icek Ajzen

Sus inicios en 1967 (Fishbein, Middlestadt & Hitchcock, 1994).

Este modelo concibe al ser humano como un animal racional que procesa la información o la utiliza sistemáticamente.

Teoría

Postulan que una conducta saludable es el resultado directo de la intención comportamental.

Los seres humanos se encuentran bajo control voluntario.

Cuáles son las dos funciones comportamentales

Naturaleza personal (actitudes)

El reflejo de la influencia social (norma subjetiva).

El papel de la psicología en la salud.

Modelo de reducción de riesgo.

Definición -
Objetivo -

Modelo de Salud, diseñado para atenuar los comportamientos de riesgo.

Disminuir las consecuencias provocadas por mantener relaciones riesgosas.

Quiere decir

Predice y disminuye la ocurrencia de comportamientos sexuales de riesgos que posibilitan el contagio de VIH/SIDA.

Percibe el comportamiento como riesgo y reconoce las habilidades personales para reducir el comportamiento.

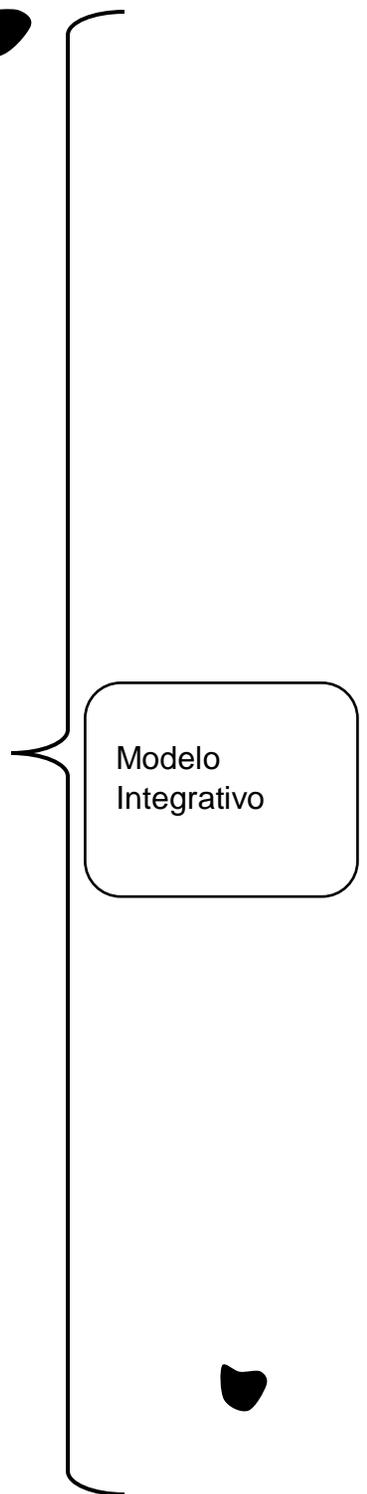
Se compone de tres etapas

Fase I: Percepción de comportamiento como riesgo.

Fase II: Toma de decisiones firmes.

Fase III: Llevar a cabo el cambio de conducta.

El papel de la psicología en la salud.



Modelo integrativo

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.

Integrativa

Se refiere al proceso de integrar la personalidad asimilando aspectos repudiados.

Es hacerlos parte de una personalidad cohesionada, reduciendo el uso de mecanismos de defensa que inhiben la espontaneidad y limitan la flexibilidad en la resolución de problemas

Psicoterapia integrativa

Es unión de los sistemas afectivo, cognitivo, conductual y fisiológico de una persona

Es el enfoque centrado en el paciente, el conductual, el cognitivo, la terapia familiar, la terapia Gestalt, las psicoterapias corporales.

Intervenciones psicoterapéuticas

Están basadas en las investigaciones sobre el desarrollo evolutivo y en las teorías que describen las defensas auto protectoras utilizadas cuando se producen interrupciones en un normal desarrollo.

UNIDAD III
INSTRUMENTOS DE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD.

INSTRUMENTOS
DE LA
PSICOLOGIA DE
LA SALUD

Instrumento
de la
psicología de
la salud

Instrumento de la
psicología

Es todo aquello que el evaluador puede utilizar como legítima fuente de datos acerca de un sujeto

Son procedimientos o métodos para cuantificar el comportamiento, comprende un conjunto de reactivos, preguntas o tareas a los que responde una persona para ser evaluada.

Instrumento de la
psicología

Es un método de especificación y definición de los problemas objeto de la atención.

Es una forma de reunir información sobre la historia del paciente.

Cuáles son los
instrumentos que se
utiliza

Test individuales, test de grupos, test de poder y test de papel y lápiz.

Test de desempeño, pruebas de lenguaje y pruebas no idiomáticas.

INSTRUMENTOS
DE LA
PSICOLOGIA DE
LA SALUD

Entrevista

ENTREVIA

Es un intercambio de ideas u opiniones mediante una conversación que se da entre dos o más personas.

Todas personas presentes en una entrevista dialogan sobre una cuestión determinada.

Los dos roles de una entrevista

La función de dirigir la entrevista y plantea el tema a tratar haciendo preguntas. A su vez, da inicio y cierre a la entrevista.

Es aquel que se expone de manera voluntaria al interrogatorio del entrevistador.

Entrevista clínica

Las entrevistas clínicas son aquellas que se dan entre un profesional y un paciente.

Su objetivo es obtener una noción de los problemas o patologías que sufre el paciente.

El profesional que formula las preguntas debe tener en cuenta la calidez y sensibilidad humana.

Tipos de géneros de esta clase de entrevistas

Entrevistas de opinión, informativas y interpretativas.

INSTRUMENTOS
DE LA
PSICOLOGIA DE
LA SALUD

Cuestionario y
pruebas
psicológicas

Pruebas

Las evaluaciones aplicadas en un individuo para obtener una información determinada en relación a su mente.

Logran recopilar información sobre las manifestaciones de la estructura psicológica de la persona.

Pruebas
psicométricas

Es el tipo de evaluación es posible generarles un valor cuantificable a características de rasgos cualitativos.

Pruebas objetivas

Están basadas en las correlaciones fisiológicas, a los fines de medir un elemento determinado.

Pruebas subjetivas

Son utilizados para medir ciertos aspectos de la personalidad, mediante la activa participación del evaluado,

Pruebas proyectivas

Las pruebas proyectivas son menos estructuradas, en el que hay una apertura propia del instrumento para así conocer los rasgos de personalidad más internos del individuo.

Las más utilizadas

Pruebas temáticas, estructurales, expresivas, constructivas y asociativas.

INSTRUMENTOS
DE LA
PSICOLOGIA DE
LA SALUD

Observación
directa

Observación directa

Es un método de recolección de datos sobre un individuo, fenómeno o situación particular.

Se caracteriza porque el investigador se encuentra en el lugar en el que se desarrolla el hecho sin intervenir ni alterar el ambiente.

Características de la observación directa

No intrusiva: Es el objeto observado se desenvuelve sin ser molestado por el observador.

No participación de observación: observador adopta un papel de bajo perfil como si se tratase de una mosca en la pared.

Elementos necesarios en la observación directa

A veces el proceso de observación puede durar semanas, el elemento principal de este método de recolección es el compromiso.

Dependiendo del tipo de investigación que se esté ejecutando, puede ser necesario disponer de un equipo de grabación de audio y vídeo.

Es necesario contar con la aprobación no solo de las personas observadas sino también de la institución en la que se lleva a cabo el estudio.

Cuando se emplea la observación directa

Se emplea cuando se desea estudiar el comportamiento de una persona o de un grupo de personas en una situación determinada.

El primer caso se da principalmente en estudios sociales que nos quiere decir al comportamiento de los estudiantes de secundaria.

INSTRUMENTOS
DE LA
PSICOLOGIA DE
LA SALUD

Autoobservación y Auto registro

Autoobservación

Consiste en tomar conciencia de las actitudes y respuestas automatizadas que todos tenemos ante las circunstancias cotidianas de la vida.

Es la capacidad de descubrir nuestra verdadera naturaleza y comenzar a tomar conciencia de nosotros mismos es la clave de la superación personal.

Autoobservación

La autoobservación es la herramienta para comenzar a generar cambios de manera positiva en todas las actitudes y formas de responder ante la vida.

Auto registro

Es entregarle al paciente una hoja donde pueda registrar todas las conductas y pensamientos en su semana para poder trabajarla en terapia y realizar una reestructuración cognitiva.

Es la atención nos ayuda a estar más positivos, si este mismo ejercicio lo hacemos referenciado a una persona, registrando las cosas buenas de otra persona, nos ayudará a mejorar la relación.

Que lleva un auto registro

Fecha y hora, lugar y/o persona que está presente, que estás haciendo, que estás pensando, que sientes, cómo te comportas, intensidad del sentimiento y duración del pensamiento.

Bibliografía

<https://www.medigraphic.com/pdfs/neumo/nt-2007/nt074g.pdf>

<https://www.psicologovigoabellan.com/blog/la-importancia-de-las-tareas-que-encomienda-el-psic%C3%B3logo/#:~:text=Los%20autorregistros%20son%20una%20herramienta,los%20par%C3%A1metros%20elegidos%20para%20medirla.>

<http://marcaladiferencia.com/el-autorregistro-como-herramienta-para-conocerte-y-mejorar/>

Autodidactica Océano Color Volumen 2 Literatura universal II, Fisiología, psicología y Derecho de Carlos Gispert, José M^a Prats.