

**Universidad Del Sureste
UDS.**

Psicología en la Salud.

Unidad IV. Áreas de Aplicación.

Módulo 2- Act 3- Ensayo

Alumno:

Dulce Mercedes Sánchez Aguilar.

1er Cuatrimestre. Grupo



Unidad IV. Áreas de Aplicación.

La Psicología de la salud esta encargada del área de la salud, es decir, todo el conjunto de factores emocionales, cognitivos y conductuales que están relacionados con el inicio, mantenimiento o recuperación en casos de enfermedad; partiendo de un objetivo principal la conservación de la salud en el individuo las personas en estado de enfermedad, así como optimizar los sistemas y servicios de salud y participar en la formulación de políticas públicas en temas asociados a la salud mental.

La Psicología de la Salud abarca el estudio de factores como: educación para la salud, conductas saludables vs de riesgo, factores psicológicos asociados a la enfermedad, estrés entre otros.

El tradicional ámbito de aplicación de la Psicología Clínica y de la Salud en nuestro país, es en los gabinetes privados, aunque durante los últimos años en el ámbito público ha habido un incremento de psicólogos cínicos y de la salud, aunque su función es de un facultativo especialista que trabaja en un equipo multidisciplinar, aunque en algunos casos sin reconocimiento de tal nivel laboral.

En las áreas de aplicación de la psicología de la salud podemos encontrar 4 grupos donde principalmente esta la promoción, Prevención, tratamiento rehabilitación y análisis.

Además de esto busca potenciar y/o fortalecer los factores protectores, junto con la generación de estilos de vida saludable, participación en salud ambiental y políticas ciudadanas. Abarcando a nivel general cualquier condición de salud de naturaleza crónica y/o terminal, es decir toda aquella enfermedad que requiera un manejo permanente durante el resto de su vida o aquella condición patológica que en algún momento puede producir la muerte de la persona. Finalmente el cuarto ámbito de aplicación de la Psicología de la Salud es el análisis y mejora del sistema de atención en salud, en el cual el profesional vela por analizar la atención que se realiza a nivel del sector salud, estudia qué se puede mejorar, educa a los usuarios en el uso adecuado del sistema de salud de la entidad y forma a los profesionales asistenciales, administrativos y otros en ciertas habilidades específicas que permiten que el usuario se sienta satisfecho con el servicio, por ejemplo la humanización en servicios de la salud.

En la mayoría de los países desarrollados y aún en aquellos que se encuentran en vías de ello, la asistencia sanitaria, se provee a todos los individuos, sin distinciones, respecto de sus capacidades de pagar o no, aunque, de todas maneras, resulta ser una realidad corriente y lamentable, especialmente en los países subdesarrollados, que además coexista un sistema de atención sanitaria privado como consecuencia de la falta de eficiencia que presenta el sistema sanitario público, algo que ya comentamos tendidamente líneas arriba.

Cada uno de estos componentes pueden constituir la estructura que da origen a una determinada actitud, favorable o desfavorable, hacia un objeto. En este caso en el que los componentes no son consistentes entre si , decimos que las actitudes son ambivalentes.

Medidas explícitas

Tradicionalmente las actitudes se han medido mediante procedimientos de autoinforme. La medida de la actitud se obtiene a partir de la suma de todos los ítems.

Función instrumental.

Las actitudes pueden servir a la persona para obtener refuerzos o evitar castigos. Las actitudes también pueden contribuir a aumentar la autoestima.

Expresar públicamente actitudes que son centrales en su sistema de valores permite a la persona mostrar creencias que le sirven de principios generales.

El efecto de mera exposición como consecuencia muchas veces acabamos actuando en contra de nuestra actitud porque creemos que eso es lo que quiere la mayoría. Demostrar privadamente estar en contra del consumo exagerado de alcohol pero defenderlo públicamente ya que se piensa que el resto de los integrantes del grupo también lo defienden
Generación de hábitos.

Es decir, hacemos justo lo contrario de lo que convendría y todo esto aumenta el peligro que representa el estrés para nuestra salud física y psicológica. De hecho, en general, en una situación de estrés tenemos la sensación de que no controlamos nuestra propia vida.

La salud y comportamiento en la ciencia y la tecnología han favorecido unas comodidades inimaginables hace unos cientos de años y las ciencias biomédicas, en continua evolución,

han logrado que los ciudadanos de las sociedades desarrolladas tengan una esperanza de vida muy por encima de la de siglos pasados.

Los hábitos, es decir, el estilo de vida y costumbres que mantiene una persona, pueden ayudarnos a prevenir enfermedades, o, por el contrario, pueden constituirse en un factor de riesgo para la salud. Su importancia es muy grande ya que el estilo de vida representa, según distintos estudios, más de un 40% como factor determinante de salud. Estas ciencias se ocupan de proporcionar los conocimientos adecuados para la prevención de enfermedades y la promoción de la salud y el bienestar, tanto de cada persona individualmente como de las distintas comunidades. Dada esta definición, cae de su peso que la Psicología forma parte de las ciencias de la salud, en uno de sus aspectos aplicados.

Estos son los factores más importantes relacionados con nuestra salud y dependen, al menos en parte, de nuestro control. Por supuesto, no podemos olvidarnos de los factores genéticos en la relación con la prevención ó peligro para la salud.

Frente a al estrés, intentemos tomar las riendas, hasta donde sea posible, sobre nuestra salud y nuestra vida. El presente informe muestra que el impacto de las enfermedades crónicas está creciendo de forma sostenida en numerosos países de ingresos bajos y medios. La necesidad de prever y comprender la relevancia de las enfermedades crónicas y de intervenir urgentemente contra ellas es una cuestión cada vez más importante. Para ello es preciso que los dirigentes nacionales que están en condiciones de reforzar las actividades de prevención y control de las enfermedades crónicas, así como la comunidad de salud pública internacional, adopten un nuevo enfoque.

El 80% de las muertes por enfermedades crónicas se dan en los países de ingresos bajos y medios, y estas muertes afectan en igual número a hombres y mujeres. La amenaza que suponen las enfermedades crónicas se puede superar a partir de conocimientos que ya tenemos.

La meta es una reducción anual adicional del 2% de las tasas mundiales de mortalidad por enfermedades crónicas durante los próximos 10 años. 10 malentendidos generalizados, y sin embargo desmentidos por la realidad

Hay varios malentendidos que han contribuido a que las enfermedades crónicas quedaran relegadas a un segundo plano. La idea de que esas enfermedades son una amenaza remota

y menos importante y grave que algunas enfermedades infecciosas no resiste el análisis de los hechos. Entre las enfermedades crónicas destacan las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. Las discapacidades visuales y la ceguera, los defectos de audición y la sordera, las enfermedades bucodentales y los trastornos genéticos son otras afecciones crónicas que representan una porción sustancial de la carga mundial de morbilidad.

Del total de 58 millones de defunciones previstas para 2005 por todas las causas, se estima que 35 millones corresponderán a enfermedades crónicas, lo que supone el doble del número de defunciones correspondiente al conjunto de todas las enfermedades infecciosas, las enfermedades maternas y perinatales y las carencias nutricionales...- Prevención de Recaídas. Junto a esto, cualquier problemática o enfermedad posee igualmente su curso particular, requiriendo por lo tanto, un tratamiento específico, con la aplicación de estrategias concretas, y con aproximadamente un número de sesiones determinado. Además pero, para facilitar el mantenimiento de los resultados a largo plazo es imprescindible dedicar una cierta cantidad al trabajo de la prevención de recaídas, junto al seguimiento de la evolución de la persona tras la finalización del tratamiento. Así pues, la prevención de recaídas se centra en identificar, analizar y discutir con la persona, las posibles dificultades y contratiempos que podrían entorpecer la evolución adecuada de su problemática.

Es cierto que las características de la persona y de las dificultades presentadas suponen aspectos cruciales a tener presentes de cara a la planificación de objetivos específicos a conseguir, sean estos durante o al final del tratamiento. Se recomienda también el uso de autorregistros tanto durante, como al final del tratamiento ayudan a la persona a observar y valorar su progreso, permitiendo además facilitar al profesional el análisis de los momentos y circunstancias de los empeoramientos en caso de existir estos. De esta forma, el seguimiento a corto, medio y largo plazo junto al trabajo centrado en la prevención de recaídas supone un componente crucial de cualquier tratamiento, ya que permite no solamente observar la evolución de la persona, sino dotar a esta de recursos y estrategias específicas para encarar situaciones futuras que puedan entrometerse entre ella y su bienestar psicológico.

El apoyo a los familiares del paciente los médicos y enfermeras permanecen en contacto continuo con el paciente y familia al principio y final de la vida, estableciéndose relaciones

entre el personal de la salud, los pacientes y sus familiares, quienes esperan encontrar en el equipo de salud el apoyo y la comprensión para enfrentar angustias y sentimientos presentes y futuros relacionados con los confines de la vida.

CONCLUSIÓN.

En conclusión La psicología de la salud es una rama de la psicología que tiene un impacto enorme en la prestación del servicio de una entidad de salud, desde el diagnóstico del paciente hasta su tratamiento y posterior recuperación y/o seguimiento. Así los hospitales o clínicas que disponen de esta figura, ofrecen una atención mucho más integral en el proceso del mantenimiento de la salud y la prevención de la enfermedad.

Siempre se diferencia de otras disciplinas y especialidades en que esta aparece como un área más específica que subraya el papel primario de la psicología como ciencia y como profesión en el campo de la medicina comportamental sus modelos de Psicología de la salud son muy variados pero las tendencias futuras, obligarán a una mayor exploración de éstos, Cada vez el ámbito de aplicación de la psicología de la salud abarca nuevas áreas, se elaboran nuevas concepciones y se abren nuevas estrategias de intervención en la promoción de la salud y la prevención tratamiento y rehabilitación de la enfermedad siendo pues más amplias las intervenciones en el área de la salud. Y cada vez más los tipos de problemas que se van abordar.

Quedan establecidos entre sus objetivos principales de la psicología de la salud el aumento de salud y bienestar de las personas; prevención o modificación de las enfermedades; mejor funcionamiento de casos con trastornos.

Las técnicas como el autorregistro y autoobservación son de máxima utilidad y conveniencia en todos los momentos del proceso, siendo su punto flaco por excelencia la fiabilidad.

Al fin de al cabo diferentes autores resaltan la importancia de la psicología de la Salud en la promoción y mantenimiento de la salud como a la prevención y tratamiento de la enfermedad.