



Nombre del alumno: José Fernando Aguilar Gómez

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre del trabajo: Super Nota

Materia: Psicología y salud

Grado: Primer cuatrimestre

Grupo: C

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de noviembre de 2021

4.1.- Información y educación sanitaria

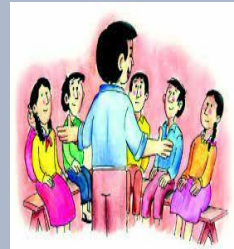
Se encuentra compuesto por todas aquellas organizaciones que se ocupan de prestar servicios de tipo sanitario

Entre ellos:

Hospitales, profesionales especializados en la salud como ser médicos, enfermeras, entre otros, funcionarios.

La misión primordial que cumple el sistema sanitario de una nación, independientemente de por quien este manejado, gestionado o administrado, es la promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país.

Este tipo de sistema presenta amplias diferencias ya sea que se encuentre en un país o en otro.



Clases de financiamiento del sistema

Existen diversas maneras de financiamiento y gestión de los sistemas sanitarios y aunque deberían ser comparados y diferenciados en función del enfoque político

Sub sistemas de los sistemas sanitarios:

Financiero, la administración de recursos humanos, política y estructural.

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



Salud privada

Los sistemas prepagos de salud nacen en estos lugares para contrarrestar la deficiencia que presenta el sistema sanitario regulado y financiado por el estado.

El afiliado debe abonar mensualmente una cuota para poder obtener esa atención más bien personalizada y rápida.

En los países con problemáticas en esta área se encuentran ciertamente devastados y faltos de mantención.

4.2.- Control de actitudes.

Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad.

Concepto

Tienen sus raíces en el aprendizaje social, ya que se aprenden, se expresan y se modifican en contextos sociales.

Origen de las Actitudes

La actitud se trata de un estado interno de la persona, por lo tanto, no es una respuesta manifiesta y observable.

individual, interpersonal, grupal y social.

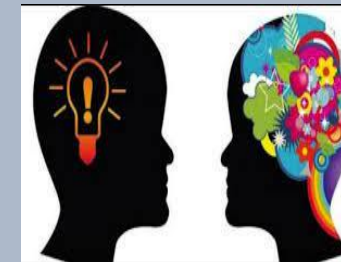
Nos ayudan a comprender nuestro entorno y a darle significado.

Papel de las actitudes

Función de conocimiento

Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad.

Definición de actitud





4.3.- Generación de hábitos para una vida sana.

Nuestro estilo de vida ha despertado a genes callados durante miles de años.

mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para controlar el estrés; sin embargo, en períodos prolongados de estrés, tendemos a cuidarnos menos.

La relación entre los hábitos saludables y el estrés que padece una persona es interactiva.

El sueño y el descanso; los estados emocionales positivos frente a los negativos, Estos son los factores más importantes relacionados con nuestra salud.

Se dedica poco tiempo a las conductas relacionadas con alimentarse bien; y, con frecuencia, se come poco y/o mal o se cae en la sobre ingesta, según las personas.

La Psicología suele ir asociada a:

Definición de la salud según la OMS

La Psicología Clínica; es decir, al tratamiento de los problemas psicológicos, pero la Psicología es la Ciencia del Comportamiento.

Es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

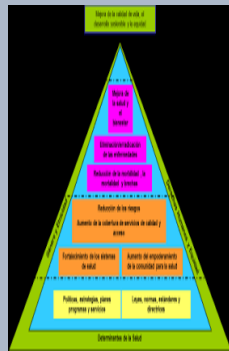


4.4.- Disminución del impacto de la Enfermedad.

El presente informe muestra que el impacto de las enfermedades crónicas está creciendo de forma sostenida en numerosos países de ingresos bajos y medios.

Es preciso que los dirigentes nacionales que están en condiciones de reforzar las actividades de prevención y control de las enfermedades crónicas.

Es fundamental comunicar los conocimientos y la información más recientes y precisos a los profesionales sanitarios de atención directa y al público.



La carga de enfermedades crónicas tiene serios efectos adversos en la calidad de vida de los individuos afectados.

Un problema con graves repercusiones
 La carga de enfermedades crónicas:

- Es causa de muertes prematuras

- La amenaza es cada vez mayor: el número de personas, familias y comunidades afectadas está aumentando.
- La amenaza que suponen las enfermedades crónicas se puede superar a partir de conocimientos que ya tenemos.
- Las soluciones son eficaces, y además altamente costos eficaces.

Historia natural y social de la enfermedad y sus niveles de prevención

Período Prepatogénico		Período Patogénico	
Influencia sobre factores de riesgo		Clinico	
Prevenición Primaria	Prevenición Secundaria	Prevenición Terciaria	
Promoción de la salud	Protección específica	Diagnóstico Precoz y Tratamiento Oportuno	Limitación del daño y Rehabilitación
Acciones Populacionales	Individuales	Familias	Grupos Comunitarios
Prevenición Primordial			



Entre las enfermedades crónicas destacan las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes.

Del total de 58 millones de defunciones previstas para 2005 por todas las causas, se estima que 35 millones corresponderán a enfermedades crónicas.



4.5.- Prevención de Recaídas.

En todo tipo de intervención, sea psicológica, médica (entre estas la psiquiátrica) o de cualquier otra modalidad, existen diferentes fases.

Cuya variabilidad en cuanto a importancia se refiere, es mínima. Junto a esto, cualquier problemática o enfermedad.

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.



En este sentido, se busca fortalecer al paciente con estrategias específicas para afrontar posibles situaciones difíciles.



Aunque es relevante la consideración del profesional, el hecho de sufrir una pequeña recaída no significa que regresemos al punto de partida.



Deberemos estudiar aquellos aspectos que han permitido o facilitado que la persona mejorara, procurando desglosar y especificar todos sus componentes.



Entre estos se encuentran los recursos de la propia persona y de su entorno: la colaboración y comprensión de los allegados, la predisposición personal o la resiliencia son aspectos cruciales a tener en cuenta.

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.

Cada cierto tiempo es útil administrar aquellos cuestionarios o pruebas utilizadas al inicio de la intervención.



El seguimiento a corto, medio y largo plazo junto al trabajo centrado en la prevención de recaídas supone un componente crucial de cualquier tratamiento.



El sistema sanitario se encuentra compuesto por todas aquellas organizaciones que se ocupan de prestar servicios de tipo sanitario, entre ellos, hospitales, profesionales especializados en la salud como ser médicos, enfermeras, entre otros, funcionarios, centros de atención de salud y los servicios de salud pública y también por aquellos otros actores, tal es el caso de redes, sectores, ministerios, instituciones especializadas y organizaciones que ostentan una concreta y específica función e influencia en el área de la salud de una nación.

Existen diversas maneras de financiamiento y gestión de los sistemas sanitarios y aunque deberían ser comparados y diferenciados en función del enfoque político que cada cual presente, se los suele diferenciar en torno al financiamiento que presentan, privado, público, mixto, es decir, una mezcla de intereses públicos y privados o por entidades sin fines de lucro. Mientras tanto, los sistemas sanitarios se encuentran integrados además por diversos sub sistemas como son: el financiero, la administración de recursos humanos, política y estructural.

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.

El control de actitudes, es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o des favorabilidad, el papel de las actitudes es muy importante en distintos procesos psicológicos que están relacionados con diferentes dominios de análisis de la Psicología Social: individual, interpersonal, grupal y social.

Las Funciones de las Actitudes, nos ayudan a comprender nuestro entorno y a darle significado. La división en positivo y negativo nos permiten diferenciar entre lo que es beneficioso y dañino para cada individuo.

Las actitudes pueden servir a la persona para obtener refuerzos o evitar castigos. Clasifica los objetos de actitud de acuerdo a los resultados que proporcionan. Mostrar una actitud favorable hacia un grupo de música puede ser útil para un adolescente para integrarse en un grupo de amigos.

La relación entre los hábitos saludables y el estrés que padece una persona es interactiva; es decir, hábitos y estrés son factores relacionados con la salud física y psicológica que se afectan mutuamente: mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para controlar el estrés.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) mantiene esta definición hace ya bastantes años: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Esta definición de salud es sin duda ambiciosa y exige la colaboración de distintas ciencias básicas y sus métodos aplicados; es decir, las ciencias de la 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.

La Psicología suele ir asociada a Psicología Clínica; es decir, al tratamiento de los problemas psicológicos, pero la Psicología es la Ciencia del Comportamiento y, por supuesto, puede aportar muchos conocimientos y técnicas de intervención tremendamente útiles relacionados con la salud.

La disminución del impacto de la Enfermedad. 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.

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. A continuación, se exponen 10 de esos malentendidos habituales.

En relación con la prevención de recaídas. En todo tipo de intervención, sea psicológica, médica (entre estas la psiquiátrica) o de cualquier otra modalidad, existen diferentes fases cuya variabilidad en cuanto a importancia se refiere, es mínima.

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. En este sentido, se busca fortalecer al paciente con estrategias específicas para afrontar posibles situaciones difíciles. Para ello, independiente del motivo de consulta presentado (sea este un problema adaptativo, dificultades para gestionar la ansiedad, problemas de autoestima, problema de adicción, etc.) una parte importante consiste en concienciarnos y aceptar la posibilidad de encontrarnos con complicaciones. Aunque es relevante la consideración del profesional, el hecho de sufrir una pequeña recaída no significa que regresemos al punto de partida.

Por último, el apoyo a los familiares del paciente. 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. El paciente en estado crítico es aquél que presenta o puede presentar de forma inminente graves alteraciones de sus funciones vitales que ponen en peligro su vida, siendo la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) el lugar donde se agrupan este tipo de pacientes.

La enfermera intensivista deberá cuidar al unísono a la persona que está hospitalizada en la UCI y a sus familiares como un solo núcleo de cuidado, lo que facilita a ésta comprender las dificultades socio emocionales surgidas en el grupo familiar como una totalidad, esto a su vez permite darles apoyo más decidido y comprometido durante el proceso de adaptación a la nueva situación que confrontan.

Al acompañar al familiar en el proceso de pérdida y duelo se le manifiesta la comprensión del significado de la muerte y del sufrimiento que genera la ausencia del ser querido, en el proceso de despedida. Afrontamiento: hacer cara a un problema o situación comprometida Los enfermeros adquieren un papel relevante en la atención a los familiares, por su permanencia junto a los pacientes. Como profesionales de la salud tenemos una gran responsabilidad frente a nuestros pacientes y familiares en proceso de duelo, pero ¿estamos preparados para hacer frente a estas situaciones? ¿Las intervenciones de enfermería al paciente y familia en momentos críticos son todavía una asignatura pendiente?

Las enfermeras se sienten responsables de los cuidados que las familias en situación de duelo necesitan. Cubrir esta necesidad forma parte de la totalidad de los cuidados del paciente atendido, suministran el cuidado a la familia acercándose a ellos, estando ahí, respondiendo a preguntas. Es un cuidado que no está protocolizado y que depende de la seguridad y de las habilidades de cada enfermera.

BIBLIOGRAFIA

- Antología UDS, p-99-120-Recuperado el 24/11/2021:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8383ffd3ef75ae668b872da93117697e-LEN%201%C2%B0%20-%20Psicolog%C3%ADa%20y%20Salud.pdf>