



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Garcia Lujano Briana Jacqueline

Nombre del tema: Comprensión de las enfermedades

Parcial: 3ro

Nombre de la Materia: Psicología y Salud I

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 1er

Comprensión De La Enfermedades

Modelos de cognición social y adherencia terapéutica en pacientes con cáncer

Las propias características del padecimiento (dolor; invasión de las células o otras partes del cuerpo y la inminencia de la muerte), como los procedimientos médicos usados en su tratamiento.

Cuando se diagnostica, debe enfrentar la Incertidumbre de si el tratamiento será para curarlo o solo para aliviar las molestias o prolongar su vida o de porque el tratamiento hace sentir tan débil en lugar de aliviarla, podrían conducir al enfermo o posponer o incluso abandonar el tratamiento.

Es importante tomar en cuenta a la enfermedad y la forma como orienta su comportamiento.

Modelos de cognición social

Se ha pensado que los perfiles de morbilidad y mortalidad de un país se encuentran ligados a patrones particulares de conducta que pueden ser modificados y que cualquier individuo puede adoptar conductas saludables.

Las conductas saludables estudiadas como la participación en programas de ejercicio y de alimentación saludable, la asistencia regular al médico, vacunación contra enfermedades, evitar conductas nocivas como fumar.

Esos modelos asumen que la conducta y las decisiones estarían basados en un análisis subjetivo elaborados, costo-beneficio de los resultados probables de los diferentes cursos de acción, de tal manera que los individuos buscarían maximizar la utilidad y preferirían conductas asociadas con la mayor utilidad.

Comprensión De La Enfermedades

Técnicas de recolección de datos: Observación y entrevista

*El objetivo fundamental de la recolección de datos.
*Es la de obtener información que establezca resultados en determinado tema de estudio.

•Entrevista

Se trata de un dialogo en donde actúan el entrevistador y el entrevistado y los entrevistados. Se presenta un dialogo breve entre dos personas.

•Observación

Se observa el objeto que será estudiado con el fin de que se determinen sus características. Se deben analizar las particularidades de la situación por medio de observación. Se deben describir los elementos que se encuentran integrados.

•Encuesta

Tratándose de preguntas definidas y simples que se dirigen a un porcentaje en particular de la población que debe ser estudiada.

•Cuestionario

Obtención de información en un determinado grupo de personas, no tomando en cuenta los análisis estadísticos. Destacan a los datos que son recolectados y los cuales presentan diversas variaciones, tanto de orden cualitativo como cuantitativos.

Modelo de creencias en salud

Las dimensiones del proceso salud-enfermedad representa la percepción personal de riesgo ante la enfermedad y establecerían la motivación para efectuar la conducta; las otras, representarían el grado de accesibilidad a conductas y ocasiones de llevarla a cabo. La individual estaría afectada por elementos externos como los indicadores demográficos y psicológicos que influirían en la conducta y las creencias en salud.

El MCS analiza dos aspectos de las representaciones individuales de la conducta de salud en respuesta a la amenaza de la enfermedad

- a) la percepción de la amenaza de la enfermedad y
- b) la evaluación de las conductas para contrarrestar

El modelo propone disparadores de la conducta de salud apropiada denominados claves para la acción, los cuales pueden provenir de fuentes internas (percepción de un síntoma) o externas (interacciones interpersonales o mensajes de educación para la salud a través de la comunicación de masas). Aspecto incluido más adelante en el modelo fue la motivación en salud del individuo o la buena disposición para preocuparse por aspectos en materia de salud

- 1) Conceptuar las creencias como elementos relevantes para la interpretación de las conductas de los individuos en lo referente a la salud y enfermedad
- 2) Un intento de sistematizar un modelo que permitió analizar la influencia de las creencias referentes a las conductas ante la enfermedad
- 3) Sirvió para demostrar que existe una estrecha relación entre la percepción de adquirir alguna enfermedad y las conductas preventivas

Comprensión De La Enfermedades

Psicología y sida

Los siguientes factores pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental

- *Cambios importantes en la vida, como la muerte de un ser querido o la pérdida de un empleo
- *Experiencias de vida negativas, como abuso o trauma
- *Factores biológicos que afectan los genes o la química cerebral
- *Antecedentes familiares de problemas de salud mental

El estrés de tener una enfermedad o afección médica grave, como el VIH, puede afectar negativamente la salud mental de una persona.

Entre las situaciones que pueden contribuir a los trastornos de salud mental en las personas con el VIH

- *Dificultad para contarles a otras personas sobre el diagnóstico del VIH.
- *Estigma y discriminación relacionados con el VIH.
- *Pérdida de apoyo social y aislamiento.
- *Dificultad para obtener servicios de atención de salud mental.

Las personas con el VIH pueden hablar con su proveedor de atención médica para informarle cómo se sienten. Pueden informarle si tienen problemas de uso de drogas o de alcohol.

Se citan otras formas en que las personas con el VIH pueden mejorar su salud mental

- *Unirse a un grupo de apoyo
- *Probar la meditación, el yoga o la respiración profunda para relajarse.
- *Dormir lo suficiente, comer alimentos saludables y mantenerse físicamente activas.

Estrategias para la prevención del SIDA

La intervención preventiva en el ámbito del sida tiene como objetivo eliminar o disminuir el riesgo de aparición del VIH para toda la población

- a) Promover habilidades y comportamientos que eviten o disminuyan el número de nuevas infecciones (prevención primaria)
- b) Favorecer que las personas portadoras del VIH retrasen en la medida de lo posible el periodo sintomático del sida (prevención secundaria)
- c) Lograr que los enfermos que han desarrollado la enfermedad gocen de una buena calidad de vida y del apoyo social y sanitario adecuado (prevención terciaria).

Comprensión De La Enfermedades

Modelos teóricos sobre la adquisición y mantenimiento de conductas de prevención

Modelo sociocognitivo desarrollado por Bandura

Explica el comportamiento humano a partir de tres elementos que se interrelacionan modificándose el uno al otro

- a) Determinantes personales, que incluyen factores cognitivos, afectivos y biológicos
- b) La conducta
- c) El ambiente

Modelo de creencias de salud (Becker, 1974)

Ubicado entre las teorías del valor expectativa, supone que las conductas de protección están en función

- a) La percepción subjetiva del riesgo al que uno se expone de contraer la enfermedad si se practican conductas de riesgo.
- b) La gravedad percibida acerca de la enfermedad: la seriedad que el sujeto le atribuye, incluyendo consecuencias médicas como el dolor y la muerte, y también sociales y económicas.
- c) Los beneficios esperados por la puesta en práctica de las conductas de protección.
- d) Las barreras percibidas, o los costos derivados de practicar un comportamiento saludable.

Modelo de síntesis IMB (Information, Motivation and Behavioral skills).

Las intervenciones psicológicas produzcan modificaciones en las conductas de infección del VIH, se requieren tres elementos clave

- a) Información.** Debe referirse a las vías de transmisión y a las conductas preventivas específicas.
- b) Motivación.** Estaría regulada por las variables incluidas en la teoría de la acción razonada (actitudes y norma social) y las variables no redundantes del modelo de creencias de salud (percepción subjetiva de riesgo y gravedad percibida).
- c) Habilidades conductuales.** Propone la siguiente taxonomía para la prevención del sida: aceptación de la propia sexualidad, adquisición de la información conductual relevante, asertividad ante las situaciones de sexo no seguro, habilidades de negociación de sexo seguro, de adquisición y utilización del preservativo, y de reforzamiento de la pareja cuando ésta practica sexo seguro.

Comprensión De La Enfermedades

Intervención psicosocial en Diabetes

El carácter estresante de la enfermedad surge como consecuencia de las múltiples demandas de ajuste que ésta plantea, y depende de factores como su duración, su intensidad y gravedad, así como de la interpretación y valoración que la persona hace de su situación.

Los enfermos crónicos se enfrentan a un proceso continuo en el que las demandas de adaptación varían a lo largo de las distintas fases de la enfermedad y del ciclo vital. Por su parte, las estrategias de afrontamiento y el apoyo social son las variables predictoras de la adaptación psicosocial a las enfermedades crónicas.

Terapia cognitiva, mindfulness y diabetes

La terapia cognitivo-conductual (TCC) se basa en que la forma como la persona percibe y evalúa un acontecimiento, situación o conducta de los demás, determina la forma como piensa, siente y reacciona ante dichos eventos.

La TCC identifica el tipo de pensamiento erróneo y emociones negativas para reemplazarlas por conductas realistas y constructivas.

La Terapia Cognitiva Mindfulness es un modelo psicoterapéutico con muy buenos resultados en el contexto del estrés crónico, aliviándola ansiedad y depresión, y reduciendo el distrés emocional, con el propósito de crear un nuevo estilo de vida y mejorar la salud del individuo

Comprensión De La Enfermedades

Hipocondría: presentación clínica

La hipocondría es un trastorno en el que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad.

La hipocondría puede llevar a la depresión, porque no se llega a un diagnóstico que tranquilice. Para salir del problema, se insiste siempre por el mismo camino: conseguir un diagnóstico y un tratamiento médico adecuado

Una vez que se detecta que un paciente es hipocondríaco y que accede al tratamiento. Se definen claramente con el paciente los objetivos de la terapia, que son que pierda la angustia y el miedo a la enfermedad que teme para poder retomar el sentido de su vida.

Enfermedades cardiovasculares e hipertensión

La enfermedad cardiovascular

Se caracteriza por tener una etiología multifactorial, los factores de riesgo cardiovascular se potencian entre sí y, además, se presentan frecuentemente asociados. El abordaje más correcto de la prevención cardiovascular requiere una valoración conjunta de los factores de riesgo.

Dentro de la clasificación de factores de riesgo susceptibles de ser modificados, se puede incluir la dislipidemia, la cual consiste o bien en una alteración del metabolismo de los lípidos (dislipidemia endógena), o bien está en función de la dieta (dislipidemia exógena).

La hipertensión

Es considerada como otro factor de riesgo primario modificable, se asocia con un mayor número de muertes debidas a enfermedades coronarias, cerebrovasculares, arteriopatía periférica e insuficiencia cardíaca y puede ser controlada con medicamentos, ejercicios físicos y una dieta saludable.

Los factores psicosociales que representan un riesgo para la enfermedad, uno de ellos y se podría considerar como el fundamental: el estrés psicosocial

Comprensión De La Enfermedades

Explicaciones y planteamientos terapéuticos psicológicos actuales

Las enfermedades no-trasmisibles generan aproximadamente 60% de las muertes en el mundo.

Estas enfermedades van en aumento y suelen asociarse con uno o más factores de riesgo, los diez principales factores incluyen, en orden de importancia: bajo peso, sexo sin protección, hipertensión arterial, consumo de tabaco, consumo de alcohol, sanidad deficiente, déficit de hierro, humo por combustión de sólidos en interiores, colesterol alto y obesidad

Impacto psicológico del COVID-19

Reportan una serie de reacciones y estados psicológicos observados en la población, incluyendo efectos en la salud menta

Estos estados y conductas pueden dar pie a problemas en salud mental publica incluidas reacciones de angustia (insomnio, ira, miedo extremo a la enfermedad incluso en personas no expuestas), y de comportamientos riesgosos para la salud como mayor uso de alcohol y tabaco y aislamiento social), trastornos específicos como trastorno de estrés postraumático, trastornos de ansiedad, depresión, y somatizaciones.

Comprensión De La Enfermedades

Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud

El personal de salud se ha visto afectado psicológicamente tras la constante exposición a esta enfermedad, prolongadas jornadas laborales y el deterioro tanto físico como mental que la lucha en la primera línea de defensa conlleva.

Entre los factores que contribuyen al desarrollo de trastornos de ansiedad, depresión, insomnio entre otros, se encuentran el factor etario, el contexto social y relaciones interpersonales, la falta de capacitación, el nivel de exposición a pacientes contagiados entre otros.

Intervenciones psicológicas en COVID-19-: un modelo actual

Siete áreas en que la ciencia del comportamiento puede contribuir a frenar la propagación del virus en distintos niveles, no sólo por las autoridades nacionales y locales, sino también por organizaciones, lugares de trabajo e incluso hogares.

- *El lavado de manos
- *El contacto con la cara
- *El aislamiento
- *El comportamiento en público
- *Los comportamientos indeseables (ej. xenofobia)
- *La comunicación de crisis
- *Las percepciones de riesgo.

La evidencia muestra que la educación y la información sobre la higiene de las manos no es suficiente, que el aislamiento puede causar estrés y problemas de salud mental que requieren atención o que las percepciones de riesgo pueden estar sesgadas o distorsionadas.