



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Mariana Itzel Hernández Aguilar.*

*Nombre del tema: Comprensión de las enfermedades*

*Parcial: Unidad 3*

*Nombre de la Materia: Psicología y salud*

*Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 1er cuatrimestre*

## Contenido

Modelos de creencias de salud.....	5
Psicología y sida.....	8

Para iniciar en este ensayo abordaremos temas de gran importancia en el ámbito de la psicología y salud como también el desarrollo que han tenido marcando un gran impacto en la salud dando bases para poder tener fuentes mas confiables e intervenciones para ya sea la restauración, el control, el tratamiento, el cuidado que se necesita en el usuario que lo requiera aprendiendo que cada uno percibe de diversas formas las patologías y que unos pueden ser mas propensos que otros a tener cambios drásticos en su salud mental desequilibrando la esfera biopsicosocial, más que todo podremos reconocer la importancia que tiene la salud y todo el proceso de comprensión que se lleva a cabo desde el ámbito físico, social y mental como por ende sus inicios, conociendo la manera en que esta se fue expandiendo en diversas partes del mundo.

Podremos conocer la importancia de la creación de la OMS, el desarrollo que hubo a través de ella y como es que logro influir como también en la forma en que se dieron cuenta lo importante que era crear el modelo de creencias de la salud para poder explicar el proceso salud-enfermedad como también las tres dimensiones básicas, como cada dimensión es ordenada de forma lógica para poder poner en practica cada intervención y explicar cualquier tipo de enfermedad logrando ser material de gran ayuda para entender de la manera mas completa y precisa mejorando la calidad de servicios y de las predicciones que se pueden tener de la misma patología.

A través de este podremos ver la necesidad del surgimiento del modelo de creencias de la salud en el cual buscamos expandir el conocimiento de dicho tema para poder tener pilares mas solidos, haciendo la comprensión de dichos temas de forma mas amplia e integra para una mejor interpretación de los mismos, en los cuales hacemos énfasis de los puntos mas necesarios para el desarrollo del tema, es necesario tomar en cuenta que el modelo de creencias en salud tuvo su surgimiento en épocas en las cual se vio la gran necesidad de buscar una fuente de alternativa para que la población pudiera alcanzar un mejor estilo de vida haciendo que se lograra difundir a toda la población, en la cual se busca la prevención de la salud, promocionar y concientizar a todos en general.

Hablaremos de la psicología y el VIH un tema muy delicado de tratar ya que esta patología suele ser de gran impacto por obvias razones ya que el portador llega a tener cambios drásticos en su salud física, mental y social destacando en como la sociedad misma llega a comportarse como juez y críticos al saber o conocer alguien que es portador del virus, a través de esto podremos comprender mas a fondo todo el proceso que la persona vive desde el inicio de como es que le afecta en su vida cotidiana siendo una bomba en la cual desestabiliza su

día a día como por ende la necesidad que hay que dentro del equipo del área de salud no solamente hayan enfermeras, médicos si no también psicólogos que serán base esencial para poder llevar los casos a la hora de tratar un paciente de VIH, podremos comprender de manera mas extensa el papel que el psicólogo cubre como también tener un poco mas de conocimiento para quitar la venda de los ojos, que muchas veces la población en general tiene y llega a juzgar al portador sin conocer las causas o el efecto que puede llegar a tener en la vida del portador que muchas veces la misma sociedad logra causar un impacto haciendo caer en depresión al usuario, entenderemos y veremos las facetas que cruzan las personas con dicha patología como también las intervenciones, seguimiento, apoyo, actividades que les pueden ayudar cuando están cursando este proceso a la nueva adaptación de su vida, haciendo que la persona pueda lograr seguir con su vida diaria de la mejor forma posible siempre y cuando busque su bienestar primero de si mismo como también dando le una mejor proyección de si mismo como también que el simple hecho de tener una patología puede ser controlada siempre y cuando el busque seguir un tratamiento como por ende buscar ayuda psicológica si es necesario.

## Modelos de creencias de salud

“En 1946, la Organización Mundial de la Salud (OMS), creada para promover el desarrollo sanitario en todas las regiones del mundo, así como para luchar contra las enfermedades, además del desarrollo de las ciencias sociales y del reconocimiento de que los aspectos médicos y sociales no eran suficientes para explicar el complejo fenómeno de la salud-enfermedad (Recuperado)”<sup>1</sup>, como hemos podido ver la importancia de la OMS es de gran relevancia ya que gracias a ella se ha podido optimizar la información necesaria sobre las enfermedades, buscando de la mejor manera explicar la salud-enfermedad a través de esto es que fueron creados los modelos de creencias en salud con dicho propósito de poder ampliar su conocimiento sobre las relaciones en el funcionamiento psicológico y la preservación, así como el desarrollo de diversas enfermedades destacando la importancia de poder lograr entenderlo de mejor manera, por esto fue que se crearon dichos modelos con la finalidad de poder lograr predecir y explicar de manera más amplia los comportamientos de riesgo dentro del usuario.

De tal manera que para poder entender mejor la salud-enfermedad se crearon tres dimensiones básicas para poder explicarlas que son:

- “1.- Percepción de la susceptibilidad y/o vulnerabilidad ante la enfermedad
- 2.- Percepción del grado de amenaza de la enfermedad
- 3.- Evaluación subjetiva de las repercusiones de la salud (Álvarez Marteau, 1993)”<sup>2</sup>

Para poder comprender esto es necesario saber que la percepción es una función más que todo que posibilita al organismo recibir como también procesar e interpretar la información que llega desde el exterior valiéndose por sus sentidos de tal manera que la primera dimensión busca dar a explicar la manera en cómo la persona llega a pensar o a crear escenarios falsos dejando que este sea de gran impacto en su vida diaria por la forma en que llega a percibir lo tomándolo, aunque esto es difícil de poder explicar por qué la percepción del enfermo es

---

<sup>1</sup> Antología oficial UDS, Psicología y salud, (Página: 79 a la 83) Url: <file:///C:/Users/hamar/Downloads/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6LCLLEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

<sup>2</sup> Antología oficial UDS, Psicología y salud, (Página: 79 a la 83) Url: <file:///C:/Users/hamar/Downloads/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6LCLLEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

subjetiva, por esto es necesario tener en cuenta que muchas veces esto le puede afectar más a unas personas que a otras.

La segunda dimensión habla sobre como la persona llega a verse como un objetivo débil ante la enfermedad, un ejemplo; como en tiempos de pandemia de Covid-19 se creía que con estornudar la persona era portadora como por ende la persona ya empezaba a pensar que va a morir cuando lo que tiene es algo diminuto por ejemplo un resfriado por lo regular este tipo de situación es lo que tienen las personas hipocondríacas, que empiezan a pensar que tienen una enfermedad, incluso llegando a pensar que son portadoras de algo con tan solamente escuchar los síntomas de tal forma que podemos ver que la persona puede percibirlo de una forma con demasiado impacto afectando su vida diaria o pensando y buscando la manera de buscar una alternativa como también de cuidado para tratarla.

La tercera dimensión busca poder ampliar el conocimiento más que todo de las enfermedades hacía la población buscando promocionar y prevenirla como también concientizando a que decidan tomar acciones ante algún tipo de enfermedad presente dentro de su salud.

Los modelos de riesgo de salud individual tuvieron inicios desde tiempos atrás surgiendo por la necesidad de poder optimizar entre la población hábitos saludables que les permitan más que todo obtener una mejor calidad de vida, previniendo las enfermedades y promoviendo la salud a toda la población en general, como sabemos gracias a un grupo de psicólogos sociales en Estados Unidos se desarrollaron el modelo de creencias en salud (MCS) con el propósito de poder explicar los comportamientos relacionados con la salud.

“1.- Percepción de la amenaza de la enfermedad

2.- Evaluación de las conductas para contrarrestar la amenaza

El modelo propone disparadores de la conducta de la salud apropiados denominados clave para la acción, los cuales pueden provenir de: fuentes internas o externas (Recuperado)<sup>3</sup>, través de esto podemos comprender que en la percepción de la amenaza de la enfermedad: la persona tiene la percepción de tener una condición salud saludable o llegar a ser propenso a la enfermedad, también tomando en cuenta que la persona puede llegar a tener sentimientos

---

<sup>3</sup> Antología oficial UDS, Psicología y salud, (Página: 79 a la 83) Url: <file:///C:/Users/hamar/Downloads/f688dab872632c553dbcc5996aef4f6LCLLEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

correspondientes a contraer una enfermedad grave o tal vez a los sentimientos de culpa que puede tener al abandonar un tratamiento o ambas, como también refleja un poco lo que son las consecuencias ya sean clínicas o médicas, por ejemplo: el usuario puede evaluar la severidad de la muerte, el dolor o las consecuencias sociales de perder su trabajo, su familia o las relaciones sociales.

En la evaluación de las conductas para contrarrestar la amenaza entendemos que la amenaza percibida llega a producir una fuerza que guíara al usuario a tomar o realizar acciones que serán tomadas en cuenta dependiendo de las creencias correspondientes a la eficacia, por ejemplo: el usuario va a medir y poner en una balanza que tan beneficioso puede ser que siga un tratamiento, que lo inicie o que lo llegue a terminar. Las barreras percibidas están en función de las percepciones del usuario, por ejemplo: el costo-beneficio de una conducta preventiva más que todo refiriendo sé que tan costoso puede ser o que tan doloroso puede ser, peligrosa, difícil o tal vez los beneficios que pueden llegar a traer las conductas preventivas, con el simple hecho de que la persona piense y más que todo tome en cuenta los beneficios influirá en que se motive para realizar una conducta.

La acción es la conducta que realizara el usuario para reducir la amenaza basada en las expectativas.

Un ejemplo aplicado puede ser una joven de 17 años de edad que actualmente estudia, pretende llegar a tener una carrera universitaria que vive con sus padres y que tiene un nivel socio económico medio, la joven lleva una vida sexual desatada, mantiene relaciones sexuales con diferentes parejas y más que todo casi no hace uso de un preservativo, la joven al momento de la columna que es evaluación de la conducta para contrarrestar la amenaza, podemos ver como la joven tiene conocimientos sobre las amenazas que pueden llegar a ocasionarle al realizar dicha conducta y también conoce sobre las expectativas porque conoce que a través de la utilización del preservativo ella puede obtener los beneficios de mantener esa vida sexual activa, pero eliminando la amenaza de tal vez una enfermedad, un embarazo no deseado, la chica sabe más que todo que a la hora de mantener esa relación sexual puede pedirle a su pareja que utilice preservativo o viceversa y de esta manera ella se percibe como auto eficaz porque ella está tratando de eliminar o contrarrestar esa conducta, está tratando de prevenir la parte de la amenaza que llegue a ella, conoce perfectamente que hacerlo y no cuidarse corre el riesgo sin embargo sabe también que a través de la realización de esa conducta o sea el uso del preservativo lograra bajar las amenazas, va a cruzar las barreras y

va a llegar a la percepción de una autoeficacia a través de una acción de la conducta que sería el uso del preservativo.

### Psicología y sida

La salud mental es un estado cambiante dependiendo desde la vista subjetiva de la persona es necesario tomar en cuenta que muchas veces este tiene factores que lo alteran de forma drástica provocando en la persona un desbalance en la misma de tal forma que hace que el usuario tenga problemas de salud mental.

- Cambios importantes en la vida: como por ejemplo cambiarse de país, en un adolescente un colegio donde no conoce a nadie, el divorcio de sus padres.
- Muerte de un ser querido o la pérdida de un empleo: por ejemplo, en este puede ser la pérdida de alguien que motivaba a seguir y cumplir sus sueños, en el ámbito laboral más que todo el estrés de no tener ingresos económicos para la renta, el servicio de agua, luz y para su comida
- Experiencias de vida negativas, como abuso o trauma: como por ejemplo el abuso sexual por parte de una persona a llegada que aún sigue presente en su día a día.

“Muchas teorías en torno al origen del VIH. La más aceptada actualmente postula que surgió en África como una zoonosis por un contacto con fluidos (sangre, carne, semen) de primates infectados con VIS (virus de inmunodeficiencia en simios (Álvarez Rafael)”<sup>4</sup>, como podemos ver esta ha tenido inicios desde hace mucho tiempo atrás con sus inicios en animales para después llegando se adaptar al cuerpo humano, que hoy en día sigue siendo una patología de gran impacto en todo el mundo en todas las edades afectando más a personas de 25 y 45 años por lo regular .

“Por sus siglas significa: Virus de la Inmunodeficiencia Humana. Este virus afecta a las células de defensa de nuestro cuerpo, llamadas linfocitos T CD4. Si la infección no es controlada evoluciona con mayor rapidez a lo que llamamos SIDA(Recuperado)”<sup>5</sup>, este virus llega a

---

<sup>4</sup> -Álvarez Alva. Dr. Rafael Salud Pública y Medicina Preventiva, 4º Edición. D.R.C 2012 por Editorial El Manual Moderno S.A de C.V, (Página 346[Párrafo 2]), (Página 348[Párrafo 2])

<sup>5</sup> - ¿Qué es el VIH? (21/06/2022) Url: <https://www.gob.mx/censida/es/articulos/que-es-el-vih-informacion-basica?idiom=es>



destruir de forma impactante el sistema inmunológico del portador que incluso si esta enfermedad no es tratada puede llevar a la muerte.

“El SIDA es la expresión patológica de la infección por el VIH. En concreto se puede afirmar que el virus (VIH) destruye el sistema inmunológico permitiendo con ello la aparición de infecciones oportunistas que finalmente le causaran la muerte al paciente (Álvarez Rafael)”<sup>6</sup>, como entendemos es muy importante hacer que el portador del virus reciba tratamiento para poder contrarrestarla antes de que avance mucho más haciendo que la persona tenga un mejor estilo de vida como también sentirse auto eficaz y mucho más seguro de sí mismo como por ende realizado de poder conocer las medidas de prevención que debe tener en cuenta para evitar la propagación de la misma . La enfermedad del VIH afectar la salud mental desde un principio ya que es muy importante tomar en cuenta que desde el momento en que la persona tiene indicios de signos y síntomas de la enfermedad hasta hacerse un diagnóstico es necesaria la ayuda de un psicólogo ya que sea o no positivo logra tener un impacto muy fuerte en la mayor parte de veces en su día a día ya sea por el rechazo que llegan de recibir de su pareja, padres, amigos por ser portador de la enfermedad haciendo que la persona sea arrinconada a caer en depresión por los comentarios o divulgaciones que tienen en su persona es necesario tener en cuenta que “La depresión es un trastorno del estado de ánimo caracterizado por una tristeza profunda y pérdida de interés general por las cosas de forma mantenida. Además suele asociarse a otros síntomas psicológicos, físicos y del comportamiento(Recuperado de Guía de práctica Clínica )”,<sup>7</sup> como podemos ver desde el punto de vista de enfermeros es necesario tener conocimientos sobre la salud mental ya que esta se engloba en brindar el bienestar ya sea físico, mental y social al usuario sano y enfermo, nos ayudara a evitar estar vendados como las personas de la sociedad que muchas veces se dejan llevar como también suelen poner poca importancia sobre la salud mental, cuantas veces en nuestro día a día las personas se levantan y luchan con la ansiedad, depresión o con un trastorno aun mayor pero van e intentan realizar sus actividades sin poder lograr hacerlas porque luchan contra con su peor oponente que es su mente logrando muchas veces derribarlos, en diversas ocasiones escuchamos no fui a la escuela, al trabajo, a la reunión

---

<sup>6</sup> -Álvarez Alva. Dr. Rafael Salud Pública y Medicina Preventiva, 4º Edición. D.R.C 2012 por Editorial El Manual Moderno S.A de C.V, (Página 346[Párrafo 2]), (Pagina 348[Párrafo 2])

<sup>7</sup> -Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto. Edición: 2014. Editan: Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Galicia, avalia-t. Conselleria de Sanidad. Ministerio de Sanidad, Servicios (Página7, [Párrafo2])

entre muchas más porque estaba enfermo, pero cuando llegara el día en que se haga valido decir no fui porque me sentía mal mentalmente, ¿Cuándo llegara el día que se haga valido?, nosotros como personales de salud necesitamos ser apoyo para el usuario y si no tenemos el material que servicio les estaríamos ofreciendo, es de ponernos a cuestionar el VIH no solamente es una enfermedad es un nuevo estilo de vida al cual nuestro paciente se tiene que adaptar como también a vivir con el y si nosotros como enfermeros no somos capaces de concientizar y buscar la manera de hacerlo sentir mejor como también plantearle que es necesario que reciba un tratamiento estaríamos fallando a nuestra labor de resguardar la vida, muchas veces el enfermero puede llegar a ser indiscreto en estos temas afectando la estabilidad emocional de él, nosotros como personal debemos siempre buscar el bienestar y poder tener conocimientos sobre psicología es algo muy necesario para un mejor servicio de calidad.

También debemos tener presente el VIH afecta en la forma en que puede desencadenar varios cambios en la persona portadora desde llegar a afectar al cerebro y el sistema nervioso, causando más que todo cambios en la forma en la que una persona puede pensar y comportarse, también es muy importante tomar en cuenta que muchas veces, algunos medicamentos que usan para tratar el VIH podrían tener efectos secundarios en el usuario que lo consume haciendo que afectan la salud mental de la persona de forma drástica por eso es necesario el acompañamiento de un médico al recibir su tratamiento. Las personas que son portadoras del VIH si necesitan ayuda para tratar un trastorno de salud mental es necesario que hable con su médico para explicar cómo se siente en ese momento para tomar medidas necesarias, buscando mas que todo el paciente pueda sentirse seguro al expresar y decir si consume bebidas alcohólicas o drogas en ese momento, dependiendo el estado de gravedad de la persona se tomara en cuenta si es necesario la ayuda de un psiquiatra o terapeuta para tratar su caso de la mejor manera posible. La ayuda psicológica dentro de este ámbito es muy esencial ya que los principales cambios de forma drástica en el ámbito psicológico el usuario que es portador la mayor parte de veces tiene perdida de autoestima siendo muy duros consigo mismos y comparando se con los demás, empiezan a aislarse de los demás dejando de acudir a lugares donde acudían por ser juzgado, empiezan a sentirse culpables, tienen cambios físicos que los hace sentir insuficientes, muchas veces se frustran y tienen perdida del control de su vida cotidiana. Algunas de las cosas que pueden hacer las personas con VIH para mejorar más que toda su salud mental es buscar ya sea un grupo de apoyo para convivir con personas que están afrontando diversas enfermedades, buscar tener una dieta balanceada,

realizar alguna actividad física que le satisfaga un ejemplo, podría ser yoga, meditar o incluso la respiración profunda, como también tomar en cuenta que debe dormir lo necesario y lo mejor posible. Por eso es muy vital la ayuda psicológica ya que el ayuda a más que todo a procesar y afrontar la situación en la que se encuentra como también busca que la persona pueda lograr adaptarse a su nuevo estilo de vida haciendo que el impacto tan grande que había tenido antes se reduzca a lo mas mínimo posible, para que pueda continuar con su vida de la forma más normal que se pueda.

Para concluir a través de este trabajo hemos ampliado nuestros conocimientos sobre la importancia del modelo de creencias de salud en el ámbito de la salud y como llega a ser una base necesaria dentro del área de salud, la manera en cómo forma parte para poder entender de manera más extensa la salud-enfermedad ya que se dieron cuenta que los aspectos médicos y sociales no podían cubrir de forma completa su explicación, a través de esta se busca más que todo poder tener una base que permita poder aportar pilares en el proceso de comprensión de la misma salud-enfermedad, gracias a estos modelos hoy en día tenemos presentes las tres dimensiones básicas que nos permiten entender de mejor manera en la cual podemos apreciar de manera más clara y precisa su proceso desde el comienzo hasta el fin anticipando nos a lo que nos podríamos enfrentar, como también la importancia de la creación de la organización mundial de la salud mejor conocida como OMS que hoy en día es una base esencial dentro del ámbito de la salud no solamente en un lugar sino en diversas regiones gracias a esta se ha podido difundir de forma más amplia la información a las personas sobre la importancia de la salud, las medidas de higiene necesarias para un mejor estilo de vida, como también como contra atacarlas como personal de salud, como hemos podido ver esta tiene gran relevancia ya que ha podido proveer la promoción de la salud y prevención de las enfermedades no solamente en un solo lugar si no en diferentes regiones siendo una base vital para diversos países.

También optimizamos nuestro conocimiento sobre la psicología y el sida la manera en como esta enfermedad puede a ser un detonante, desequilibrio y caos para la salud mental del portador haciendo hincapié más que todo en el proceso que con lleva tratar un paciente positivo de VIH, conociendo un poco de manera detallada dicho proceso que viven, aprendiendo en cómo hasta el cambio mas mínimo dentro de su salud mental y físico hasta el más grande tiene impactos en la persona causando en este más que todo depresión y aislándose para evitar malos comentarios o rechazo de personas cercanas, a través de esto nos hace concientizar más que todo la forma en como nuestros actos pueden lastimar a las personas como también la manera en que podemos ayudar a hacerlas sentir bien, buscando las intervenciones adecuadas para que se puedan poner en práctica para que la persona portadora se logre adaptar y afrontar la situación o proceso en que se en cuenta de la mejor forma posible interviniendo de forma práctica y precisa como por ende entender su situación como personal de salud, también comprendimos la importancia de la ayuda psicológica y como es necesaria para poder sobre llevar la situación de la manera mas profesional posible y el gran apoyo que es para su adaptación a su vida cotidiana de la mejor forma posible.

## “Bibliografía”

-Antología oficial UDS, Psicología y salud, (Página: 79 a la 83) Url:

<file:///C:/Users/hamar/Downloads/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6LCLLEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

-Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto. Edición: 2014. Editan: Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Galicia, avalia-t. Conselleria de Sanidad. Ministerio de Sanidad, Servicios (Página7, [Párrafo2])

-Álvarez Alva. Dr. Rafael Salud Pública y Medicina Preventiva, 4º Edición. D.R.C 2012 por Editorial El Manual Moderno S.A de C.V, (Página 346[Párrafo 2]), (Pagina 348[Párrafo 2])

-Depresión (08/11/2022) Url: <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

-¿Qué es el VIH?(21/06/2022) Url: <https://www.gob.mx/censida/es/articulos/que-es-el-vih-informacion-basica?idiom=es>