



# Mi Universidad

ENSAYO

*Nombre del Alumno: Ana Belén Gómez Álvarez*

*Nombre del tema: COMPRENSION DE LAS ENFERMEDADES*

*Parcial: Unidad 3*

*Nombre de la Materia: Psicología de la Salud*

*Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. en Enfermería*

*Cuatrimestre: I”B”*

## INDICE

1. PORTADA
2. INDICE
3. INTRODUCCION (Concepto de enfermedad)
4. DESARROLLO (Enfermedades más mortales; COVID-19, Enfermedades cardiovasculares, Diabetes y VIH-SIDA)
5. CONCLUSIÓN (Finalizamiento del ensayo al comprender estas enfermedades)
6. BIBLIOGRAFIA (Fuentes: Antología de psicología de la salud; unidad 3, wen y fuente literaria).

## COMPRESION DE LAS ENFERMEDADES

### INTRODUCCION

La enfermedad es considerada como cualquier estado donde haya un deterioro de la salud del organismo humano. Todas las enfermedades implican un debilitamiento del sistema natural de defensa del organismo o de aquellos que regulan el medio interno. Incluso cuando la causa se desconoce, casi siempre se puede explicar una enfermedad en términos de los procesos fisiológicos o mentales que se alteran.

Se la puede considerar desde dos concepciones: una subjetiva, que es el malestar (sentirse mal con diferente intensidad), y otra objetiva, que es la que afecta a la capacidad de funcionar (limitación del funcionamiento corporal en diferentes grados).

Para los enfermos, la enfermedad se asocia con frecuencia a sensación de adversidad o de mala fortuna y se complica con dimensiones morales, psicológicas y sociales. El organismo experimenta cambios diarios, pero algo hace que ese cambio se perciba como enfermedad: si interfiere con sus actividades diarias, si la variación es demasiado amplia respecto a los cambios habituales o si para el que lo padece ese cambio es difícil de interpretar.

El enfermo entiende mejor la enfermedad si existe padecimiento, si causa dolor o hay disminución de las funciones. Es más difícil de entender como enfermedad circunstancias que no tienen esas características como tener elevado el colesterol o la glucosa y lo son; si no los corregimos habrá complicaciones. También resulta difícil explicar si la enfermedad está en uno, es una percepción de los demás o ambas cosas.

Esas dificultades en definir qué es una enfermedad explican que ciertos comportamientos o situaciones como podría ser la homosexualidad o las adicciones pueden considerarse enfermedad para unos y no para otros, o si estar calvo es estar o no enfermo.

La enfermedad crea un rol el de enfermo y un ambiente que lo acepta. El enfermo tiene derechos y cada sociedad los define y limita. Definir qué ser enfermo es un rasgo cultural. El

niño aprende a padecer enfermedades cuando se culturiza. La enfermedad es una mezcla de ideas y de experiencias.

El origen de las enfermedades según el enfermo puede ser múltiple: A veces cree que está en él mismo, por adoptar comportamientos incorrectos (exponerse al frío) o tener ciertos rasgos hereditarios (diabetes). Ello puede generar sentimientos de culpabilidad. Otras veces la enfermedad se origina en el mundo natural **por** agresiones de animales, climas inadecuados, contacto con medios contaminados, por ejemplo, las infecciones. En otras ocasiones la enfermedad surge del mundo social: hay riesgo profesional, se vive con estrés. Para otros las enfermedades surgen del mundo sobrenatural. Los dioses u otros espíritus estarían en el origen de la enfermedad, incluso el mal de ojo. La medicina griega eliminó este elemento como causa de enfermedad, pero no puede negarse que esta idea se mantiene para muchos en las sociedades occidentales modernas.

Actualmente en los últimos años las principales enfermedades que acabaron con la vida de las personas son el COVID-19, enfermedades cardiovasculares (hipertensión) y la diabetes. Las defunciones por la COVID-19 fueron la primera causa de muerte a nivel nacional con 145,159 casos. Le siguieron las enfermedades del corazón con 113,899 y de la diabetes mellitus con 74,418 casos.

A continuación mencionaremos estas tres enfermedades que son de suma importancia conocer a cerca de ellas, y también mencionaremos una enfermedad de transmisión sexual con muchos casos en el mundo, el VIH-SIDA, esta es una enfermedad infecciosa, causada por el virus de inmunodeficiencia humana, que se transmite por vía sexual, a través de la sangre o de la madre al feto, y que hace disminuir las defensas naturales del organismo hasta llegar a su completa desaparición. En el periodo 1990-2015, se registraron 100 082 muertes por causa del VIH, lo que representa alrededor de 1% del total de defunciones ocurridas en México. La máxima tasa de mortalidad por VIH (4.7 por 100 000 habitantes) se registró en 2008.

## DESARROLLO

### COVID-19

La enfermedad por coronavirus (COVID-19) es una enfermedad infecciosa provocada por el virus SARS-CoV-2.

La mayoría de las personas que padecen COVID-19 sufren síntomas de intensidad leve a moderada y se recuperan sin necesidad de tratamientos especiales. Sin embargo, algunas personas desarrollan casos graves y necesitan atención médica.

La enfermedad por coronavirus (COVID-19) es una enfermedad infecciosa provocada por el virus SARS-CoV-2.

La mayoría de las personas que padecen COVID-19 sufren síntomas de intensidad leve a moderada y se recuperan sin necesidad de tratamientos especiales. Sin embargo, algunas personas desarrollan casos graves y necesitan atención médica.

La COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de las personas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada, y se recuperan sin necesidad de hospitalización.

Los síntomas más habituales son los siguientes:

- Fiebre
- Tos
- Cansancio
- Pérdida del gusto o del olfato

Los síntomas menos habituales son los siguientes:

- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Molestias y dolores
- Diarrea
- Erupción cutánea o pérdida del color de los dedos de las manos o los pies
- Ojos rojos o irritados

### Impacto psicológico del COVID-19

Debido a lo reciente de la enfermedad se cuenta con poca evidencia disponible, sin embargo, ya especialistas reportan una serie de reacciones y estados psicológicos observados en la población, incluyendo efectos en la salud mental (Torales, O'Higgins, Castaldelli-Maia & Ventriglio, 2020). Así, Shigemura, Ursano, Morganstein, Kurosawa & Benedek, (2020) informan que las primeras respuestas emocionales de las personas incluyen miedo e incertidumbre extremos. Por otra parte, y dado el miedo y percepciones distorsionadas de riesgo y consecuencias dañinas se informa de comportamientos sociales negativos.

Estos estados y conductas pueden dar pie a problemas en salud mental pública 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.

### Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud

Desde el brote de la enfermedad muchos trabajadores de la Salud han sido infectados con el virus. Dai, Hu, Xiong, Qiu & Yuan (2020). investigaron la percepción de riesgo y el estado psicológico inmediato de trabajadores de la Salud en la etapa temprana de la epidemia de COVID-19. Se evaluó entonces la percepción del riesgo y el estado psicológico junto a características demográficas y las experiencias de exposición a COVID-19. Se encuestaron a 4.357 sujetos. Las principales preocupaciones de los trabajadores de la salud fueron en primer lugar infección de colegas (72.5 %), en segundo lugar, la infección de miembros de la familia (63.9 %), tercer lugar medidas de protección (52.3 %) y finalmente la violencia médica (48.5 %). Por otra parte, un 39 % de los trabajadores sanitarios presentaba problemas psicológicos, principalmente los que ya habían pasado por aislamiento y contagio a familiares o colegas.

La pandemia por la COVID-19 ha traído consigo una serie de afectaciones en diferentes sectores sociales, tanto económicos, sociales y evidentemente, de salud. Sin embargo, 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.

## ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

La enfermedad cardiovascular es un término amplio para problemas con el corazón y los vasos sanguíneos. Estos problemas a menudo se deben a la aterosclerosis. Esta afección ocurre cuando la grasa y el colesterol se acumulan en las paredes del vaso sanguíneo (arteria). Esta acumulación se llama placa. Con el tiempo, la placa puede estrechar los vasos sanguíneos y causar problemas en todo el cuerpo. Si una arteria resulta obstruida, esto puede llevar a que se presente un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.

La HTA es uno de los principales factores de riesgo cardiovascular. No obstante, la coexistencia de otras condiciones concomitantes influye en gran medida en el pronóstico final del paciente. La estratificación de riesgo es uno de los principales pasos que servirán posteriormente para la adecuación de la toma de decisión terapéutica.

Durante la última mitad del siglo xx, las enfermedades cardiovasculares, entre las que se incluye la enfermedad coronaria, el accidente cerebrovascular, la insuficiencia cardíaca y la arteriopatía ocliterante periférica, se han convertido en la primera causa de muerte en todos los países del mundo industrializado.

### Tipos de enfermedad cardiovascular

La cardiopatía coronaria (CHD, por sus siglas en inglés) es el tipo más común de enfermedad cardíaca y sucede cuando se acumula placa en las arterias que conducen al corazón. También se llama arteriopatía coronaria (CAD, por sus siglas en inglés). Cuando se estrechan las arterias, el corazón no puede recibir suficiente sangre y oxígeno.

La insuficiencia cardíaca ocurre cuando el miocardio se vuelve rígido o débil. No puede bombear suficiente sangre oxigenada, lo cual causa síntomas en todo el cuerpo. La enfermedad puede afectar solo el lado derecho o el lado izquierdo del corazón.

Las arritmias son problemas con la frecuencia cardíaca (pulso) o el ritmo cardíaco. Esto ocurre cuando el sistema eléctrico del corazón no funciona correctamente. El corazón puede palpar demasiado rápido, demasiado lento o en forma irregular.

Las enfermedades de las válvulas cardíacas ocurren cuando una de las cuatro válvulas en el corazón no funciona correctamente. La sangre puede escaparse a través de la válvula en la dirección equivocada (llamado regurgitación), o es posible que una válvula no se abra lo suficiente y bloquee el flujo sanguíneo (llamado estenosis).

## DIABETES

La diabetes es una enfermedad que se presenta cuando el nivel de glucosa en la sangre, también conocido como azúcar en la sangre, es demasiado alto. La glucosa en la sangre es la principal fuente de energía y proviene de los alimentos. La insulina, una hormona que produce el páncreas, ayuda a que la glucosa de los alimentos ingrese en las células para usarse como energía. Algunas veces, el cuerpo no produce suficiente o no produce nada de insulina o no la usa adecuadamente y la glucosa se queda en la sangre y no llega a las células.

Con el tiempo, el exceso de glucosa en la sangre puede causar problemas de salud. Aunque la diabetes no tiene cura, la persona con diabetes puede tomar medidas para controlar su enfermedad y mantenerse sana.

### Diabetes tipo 1

Con la diabetes tipo 1, el cuerpo no produce insulina porque el sistema inmunitario ataca y destruye las células del páncreas que la producen. Por lo general, se diagnostica la diabetes tipo 1 en niños y adultos jóvenes, aunque puede aparecer a cualquier edad. Las personas con diabetes tipo 1 tienen que usar insulina todos los días para sobrevivir.

### Diabetes tipo 2

Con la diabetes tipo 2, el cuerpo no produce o no usa la insulina adecuadamente. La diabetes tipo 2 puede aparecer a cualquier edad, incluso durante la infancia. Sin embargo, este tipo de diabetes se presenta con mayor frecuencia en las personas de mediana edad y en los ancianos. Este es el tipo más común de diabetes.

### 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. Una persona con diabetes puede reaccionar ante la subida de la glucosa diciendo “soy un fracaso” (generalización) con lo cual pone énfasis en la lectura de la glucosa y señala erróneamente su incompetencia, lastimando su autoestima y su motivación para el control de la enfermedad.



## VIH-SIDA

- El VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus que ataca el sistema inmunitario del cuerpo. Si el VIH no se trata puede causar SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida).
- No hay en la actualidad una cura eficaz. Una vez que se contrae el VIH, se lo tiene de por vida.
- Sin embargo, con la atención médica adecuada, se puede controlar. Las personas con infección por el VIH que reciben el tratamiento eficaz pueden tener una vida larga y saludable, y proteger a sus parejas.

Cuando las personas que tienen el VIH no reciben tratamiento, la infección generalmente pasa por tres fases de progresión. Pero el tratamiento para el VIH puede hacer más lenta o prevenir la progresión de la enfermedad. Con los avances en el tratamiento para el VIH, la progresión a la fase 3 (SIDA) es menos común hoy que en los primeros años en que surgió la enfermedad.

### FASE 1 INFECCION CRONICA POR EL VIH

- Las personas con el VIH tienen gran cantidad del virus en la sangre y son muy contagiosas.
- Muchas personas tienen síntomas similares a los de la influenza.
- Si usted tiene síntomas similares a los de la influenza y cree que podría haber estado expuesto al VIH, hágase la prueba.

### FASE 2 INFECCION CRONICA POR EL VIH

- La fase de infección crónica por el VIH también se llama fase de infección asintomática o de latencia clínica.
- El VIH aún está activo y continúa reproduciéndose en el cuerpo.
- Las personas podrían no presentar ningún síntoma ni enfermarse durante esta fase, pero pueden transmitir el VIH.
- Las personas que toman los medicamentos para el VIH según las indicaciones podrían no llegar nunca a la fase 3 (SIDA).

- Sin tratamiento para el VIH, esta fase puede durar una década o más, o la progresión puede ser más rápida. Al final de esta fase, aumenta la cantidad de VIH en la sangre (carga viral) y la persona podría pasar a la fase 3 (SIDA).

- 

### FASE 3 SINDROME DE INMUNODEFICIENCIA ADQUIRIDA

- La fase más grave de la infección por el VIH.
- Las personas con SIDA pueden tener una carga viral elevada y transmitir fácilmente el VIH a otras personas.
- Las personas con SIDA tienen el sistema inmunitario muy dañado. Pueden contraer una cantidad cada vez mayor de infecciones oportunistas u otras enfermedades graves.
- Sin tratamiento para el VIH, las personas con SIDA por lo general sobreviven aproximadamente tres años.

## CONCLUSIÓN

Para concluir necesitamos comprender que una enfermedad es considerada como cualquier estado donde haya un deterioro de la salud del organismo humano. Todas las enfermedades implican un debilitamiento del sistema natural de defensa del organismo o de aquellos que regulan el medio interno. Incluso cuando la causa se desconoce, casi siempre se puede explicar una enfermedad en términos de los procesos fisiológicos o mentales que se alteran

Las enfermedades mencionadas anteriormente son las enfermedades mas mortales del mundo, pues son peligrosas y esto se comprueba con las grandes cantidades de personas muertas que hubieron y que siguen habiendo.

El punto y objetivo de este trabajo es que nosotros comprendamos lo importante que es saber que enfermedades afectan mas a nuestra salud, son de mucho riesgo y pueden llegar a ser mortales si no las diagnosticamos si no las tendemos y tratamos y por su puesto si no le damos la importancia que debemos darles, tanto desde un punto de vista biologico como psicologico.

La pandemia por la COVID-19 ha traído consigo una serie de afectaciones en diferentes sectores sociales, tanto económicos, sociales y evidentemente, de salud. Sin embargo, 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. Las enfermedades cardiovasculares tienen un término amplio para problemas con el corazón y los vasos sanguíneos. Estos problemas a menudo se deben a la aterosclerosis. Esta afección ocurre cuando la grasa y el colesterol se acumulan en las paredes del vaso sanguíneo (arteria). Esta acumulación se llama placa. Con el tiempo, la placa puede estrechar los vasos sanguíneos y causar problemas en todo el cuerpo. Si una arteria resulta obstruida, esto puede llevar a que se presente un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular. La diabetes es una enfermedad que se presenta cuando el nivel de glucosa en la sangre, también conocido como azúcar en la sangre, es demasiado alto. La glucosa en la sangre es la principal fuente de energía y proviene de los alimentos. Y finalmente El VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus que ataca el sistema inmunitario del cuerpo. Si el VIH no se trata puede causar SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida).

## BIBLIOGRAFIA:

- Antología de Psicología de la Salud

### Fuentes web

- <https://www.cdc.gov/hiv/spanish/basics/whatishiv.html>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000759.htm>
- <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>

### fuentes literaria

- <https://www.amazon.com.mx/Pandemia-Sonia-Shah/dp/8412197933?asin=B08JYZWTLX&revisionId=ed1e59db&format=1&eoph=1>
- [https://www.fbbva.es/wp-content/uploads/2017/05/dat/DE\\_2009\\_salud\\_cardiovascular.pdf](https://www.fbbva.es/wp-content/uploads/2017/05/dat/DE_2009_salud_cardiovascular.pdf)