



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno; Dario Antonio Hernandez Meza*

*Nombre del tema; Comprensión de las enfermedades*

*Parcial; 3*

*Nombre de la Materia; psicología y salud*

*Nombre del profesor; Luis Angel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura; Lic. Enfermería*

*Cuatrimestre; I*

## Introduccion

Las enfermedades tienen sus propios ritmos que se van modificando a lo largo de los siglos; cada sociedad construye su forma de pensar y sentir las enfermedades.

Desde una perspectiva general, la epidemiología se ha reconocido como una disciplina científica que tiene como Propósito describir y explicar la dinámica de la salud poblacional; que busca, por un lado, identificar los elementos participantes del proceso salud-enfermedad; y por el otro, comprender las fuerzas relacionadas con este proceso, a pesar de que en el mundo se originan constantes cambios tecnológicos, sociales, o políticos, el hombre no ha logrado Controlar las adversidades sanitarias, por el contrario, cada día se aprecian fenómenos que deterioran aún más la salud.

El cuidado de Enfermería es un proceso complejo que delimita las intervenciones necesarias para resolver o mitigar el Problema, Si la persona tiene riesgo de padecer un problema específico, las intervenciones deberán abordar la Prevención del riesgo, y corresponden a la categoría de protección de la salud. La Enfermera, al brindar el cuidado de enfermería, tiene la obligación de alinear su visión de la mayoría de las personas que tienen genes relacionados con enfermedades autoinmunes aún no desarrollarán una. Por lo general, se necesitan uno o más factores desencadenantes para activar el sistema inmunológico.

Existen varios modelos que analizan la relación entre las creencias y las conductas de Salud protectoras/preventivas denominados de cognición social que consideran la racionalidad del comportamiento humano asumiendo que, por lo regular, la conducta y las decisiones se basan en un análisis subjetivo elaborado, costo-beneficio de los probables resultados de los diferentes cursos de acción. Así, los modelos de cognición social serían los determinantes más próximos del Comportamiento de las personas.

Las conductas de salud fueron definidas por Kasl y Cobb en 1966 como “cualquier actividad, aunque ha sido una definición limitada, ha permitido el estudio de una variedad de conductas tales como el uso de los servicios médicos, la adherencia a los regímenes médicos y las conductas saludables auto dirigidas.

Para que la información sea eficaz, debe transmitir a los destinatarios la creencia de que Ellos mismos pueden transformar sus hábitos y mejorar su salud. Luego, se les enseña a aplicar dichos cambios.

La información sobre los hábitos de salud y las enfermedades puede hacer hincapié en los Beneficios de realizar comportamientos saludables, o bien, en las pérdidas o daños como Consecuencia de hábitos nocivos.

Se ha visto que, para determinados pacientes, el apoyo social significa un recurso que les Ayuda a afrontar los miedos y ambigüedades que les genera la enfermedad. En general encontraron que las personas se preocupaban más por su salud y su familia, y menos por el ocio y amigos.

## Comprensión de las enfermedades

### **3.1 Modelos de cognición social y adherencia terapéutica en pacientes con cáncer** (Antología psicología , 2022)

El cáncer es una de las enfermedades más temidas, tanto por las propias características del padecimiento (dolor, invasión de las células a otras partes del cuerpo y la inminencia de la muerte), como por los efectos secundarios de los procedimientos médicos usados en su tratamiento. El cáncer se considera dentro de la categoría de las enfermedades crónico-degenerativas; su aparición se asocia con características biológicas de las personas, sus estilos de vida, con el aumento de la esperanza de vida al nacer y con otras condiciones propias del desarrollo. Las reacciones emocionales esperadas de parte de los pacientes estarán muy relacionadas con el lugar donde se deba llevar a cabo la cirugía y pueden desencadenar sentimientos de temor, vergüenza o culpa.

### **3.2 Modelos de cognición social** (Antología psicología , 2022)

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 para contribuir a su salud y bienestar.

Las conductas saludables estudiadas han sido tan diversas como la participación en programas de ejercicio y de alimentación saludable, la asistencia regular a las revisiones en la clínica privada, la vacunación contra enfermedades, el uso del condón, evitar conductas nocivas como fumar, En el campo de la psicología de la salud, la identificación de los factores que subyacen a las conductas saludables, dentro de los aspectos identificados, se hallan factores sociocognitivos que se refieren a como los individuos dan sentido a las situaciones sociales y se concentran en las cogniciones individuales o en pensamientos interpretados como procesos que intervienen entre los estímulos observables y las respuestas en situaciones reales específicas.

### **3.3 Técnicas de recolección de datos: observación y entrevista** (Antología psicología , 2022)

La recolección de datos es una de las actividades en donde deben agruparse y se recogen elementos que son importantes dentro de un contenido específico. Comúnmente se hacen con el fin de generar información importante para el desarrollo de un trabajo determinada o un

proyecto. Es importante tener en cuenta que la recolección de datos no solo se hace a través de una encuesta. También puede darse el caso de aplicar entrevistas o procesos de observación o consultas bibliográficas. El objetivo fundamental de la recolección de datos es la de obtener información que establezca resultados en determinado tema de estudio.

### **3.4 Modelo de creencias en salud (MCS)**

Dimensiones básicas para analizar cualquier episodio de enfermedad: la percepción de la susceptibilidad y/o vulnerabilidad ante la enfermedad, la percepción del grado de amenaza de la enfermedad, la evaluación subjetiva de las repercusiones a la salud. Las dos primeras dimensiones del proceso salud-enfermedad vendrían a representar 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. 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 la amenaza.

### **3.5 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 Además de estos factores, el estrés de tener una enfermedad o afección médica grave, como el VIH, puede afectar negativamente la salud mental de una persona.

En las personas con el VIH, la infección por el VIH y las infecciones oportunistas afines pueden afectar el cerebro y el sistema nervioso. Esto puede causar cambios en la forma en que una persona piensa y se comporta. Los cambios en cómo se siente o actúa una persona pueden ser una señal de alerta de un problema de salud mental. entre las posibles señales de depresión se incluyen: Perder el interés en actividades que suelen ser agradables Sentir una tristeza persistente o sensación de vacío Sentir ansiedad.

(Antología psicología , 2022)

### **3.6 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, La intervención preventiva del sida se encuentra en función de los mecanismos de transmisión. Prevención de la transmisión por vía sanguínea o parenteral; El gran problema de la infección por esta vía se halla entre los usuarios de droga por vía parenteral que comparten jeringuillas u otro material de inyección o utensilios para preparar la droga. Los datos epidemiológicos justifican este interés prioritario, dado que la mayor prevalencia de casos de sida se ubica en el intervalo de edad de 20 a 39 años y que la mayoría de las nuevas infecciones afectan a jóvenes entre 15 y 24 años.

### **3.7 Modelos teóricos sobre la adquisición y mantenimiento de conductas de prevención** (Antología psicología , 2022) (Medline plus, s.f.)

El modelo socio cognitivo desarrollado por Bandura (1994) 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 y c) el ambiente. Un componente fundamental en la teoría de Bandura es el concepto de autoeficacia, definido como la capacidad percibida por el sujeto para llevar a cabo conductas de afrontamiento de una situación. Para que la información sea eficaz, debe transmitir a los destinatarios la creencia de que ellos mismos pueden transformar sus hábitos y mejorar su salud, los individuos realizan una conducta de salud en función de las actitudes que posean respecto de ella. En este modelo, la autoeficacia se considera una habilidad más que se debe adquirir.

### **3.8 Intervención psicosocial en Diabetes** (Antología psicología , 2022)

Tanto el estado de enfermedad crónica como las características propias de cada enfermedad plantean demandas específicas de apoyo social y determinan, a su vez, las actitudes y conductas de las personas próximas al enfermo, las cuales son, en ocasiones, opuestas, o no están a la altura de sus necesidades, tanto el estado de enfermedad crónica como las características propias de cada enfermedad plantean demandas específicas de apoyo social y determinan, a su vez, las actitudes y conductas de las personas próximas al enfermo, las cuales son, en ocasiones, opuestas, o no están a la altura de sus necesidades.

### **3.9 Terapia cognitiva, mindfulness y diabetes** (Antología psicología , 2022)

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. El objetivo de la TCC es contribuir a que el paciente diabético desarrolle habilidades de afrontamiento de la enfermedad, ayudándoles a identificar sus creencias distorsionadas, a contrastar dichas creencias con la realidad y a reemplazarlas por creencias más apropiadas o realistas. El mindfulness fomenta la atención, enfoque en el momento presente y el desarrollo de la conciencia sin prejuicios, las personas se esfuerzan por evitar las emociones negativas, como la culpa y la tristeza, y prefieren los sentimientos de bienestar y felicidad.

### **3.10 Hipocondría: presentación clínica** (Antología psicología , 2022)

La hipocondría es un trastorno en el que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad. Hay que señalar que los enfermos hipocondriacos graves no suelen ir a la consulta del médico, precisamente por el miedo a que les diagnostiquen una enfermedad. Es difícil para muchos enfermos hipocondriacos aceptar que sus problemas son psicológicos, y van peregrinando de médico en médico intentando buscar a alguno que les haga caso, 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. Verse enfermo tiene en nuestra sociedad una connotación de debilidad. Por ello entrenar al paciente en basar su autoestima en otros medios de valoración y se le entrena en aumentarla.

### **3.11 Enfermedades cardiovasculares e hipertensión** (Antología psicología , 2022)

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. En relación con la historia familiar es posible que un sujeto tenga mayor riesgo de sufrir una enfermedad coronaria si algún progenitor posee un historial de enfermedad cardiovascular a una edad temprana. La hipertensión arterial 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.

### **3.12 Explicaciones y planteamientos terapéuticos psicológicos actuales**

La Organización Mundial de la Salud ha establecido el cálculo del impacto de las enfermedades a través del índice «DALY» que se refiere a la pérdida de la calidad de vida y

de años de vida de modo que un «daly» es equivalente a un año perdido de vida saludable, el comportamiento del paciente es un componente clave en su bienestar por el efecto de aspectos cognitivos, instrumentales y emocionales sobre el funcionamiento del organismo, Otra vía por la que los estados emocionales pueden contribuir a deteriorar el bienestar y la salud ocurre mediante sus efectos sostenidos en procesos fisiológicos, Estos mecanismos se basan principalmente en la activación fisiológica que acompaña a diferentes estados emocionales y la forma en que el individuo interactúa con su ambiente.

### **3.13 Impacto psicológico del COVID-19 (Antología psicología , 2022)**

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. La mayoría de los encuestados informó pasar de 20 a 24 h por día en casa (84.7 %) y además un 75.2 presentaba preocupación de que sus familiares se contagiaran de la enfermedad, las intervenciones psicológicas en crisis tienen como objetivo minimizar los daños psicológicos y proveer asistencia durante la prevención y el control de la epidemia, intentando evitar así problemas posteriores como el estrés post traumático. Los autores plantean que se han reportado efectos psicológicos negativos, como síntomas de estrés postraumático, confusión e ira.

### **3.14 Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud (Antología psicología , 2022)**

Se ha constatado que el entorno laboral tiene un fuerte impacto en la salud mental de los trabajadores, especialmente en situaciones límites de alta exigencia profesional. El sentido de la coherencia (SOC) es entendido como la capacidad de las personas para percibir una situación estresante como comprensible, manejable y significativa, lo que les permite utilizar sus recursos para afrontarla de forma eficaz.

### **3.15 Intervenciones psicológicas en COVID-19-: un modelo actual**

La importancia de la identificación del comportamiento nos solo hace una comprensión más adecuada de la enfermedad, sino que permite diseñar, planificar las intervenciones más efectivas permitiendo en este caso a la Psicología poder aportar con todo su conocimiento científico de la Ciencia del comportamiento para el abordaje de esta Pandemia. Ante la



conducta de sospecha de presentar la enfermedad, primeros síntomas o el haber estado cerca de personas infectadas: acudir a centros de salud y realización de diagnóstico.

## Conclusión

La verdadera medida de la salud no es la ausencia de enfermedad o invalidez, sino la capacidad de funcionar efectivamente dentro de un determinado medio ambiente, es el proceso de adaptación continua a los millares de bacterias, estímulos, presiones y problemas que desafían diariamente al hombre.

La salud comprende un estado de bienestar en todos los aspectos: físicos, biológicos, cognoscitivos, socio emocionales, morales. Se enfoca en la promoción y mantenimiento de la calidad de vida del ser humano; cualquier efecto en la salud integral repercute en todas las áreas de la vida, ya que una buena salud es la principal condición del desarrollo humano y es muy importante cuidarla, conservarla, potenciarla ya que esto permite el desarrollo de las habilidades y capacidades del ser humano.

A pesar de que cada persona, familia, comunidad otorga a la salud valores diferentes, sin embargo, para todos significa estar bien, verse bien, actuar bien, ser reproductivos y relacionarse sanamente con los demás, permite comprender las actitudes individuales, colectivas y sociales frente a un fenómeno dado; siendo importante su abordaje.

El propio cuidado de la salud ha sido indispensable para el mantenimiento y la preservación de la vida a lo largo de la historia y para ello los seres humanos han construido significados y prácticas socioculturales diversas que determinan formas particulares de cuidarse a sí mismos.

En el tratamiento de las enfermedades son un gran cambio los grandes avances en la terapéutica con medicamentos y los avances con técnicas de cirugía, que mediante el empleo de instrumentos endoscópicos han logrado cirugías de recuperación sencilla y con menor morbilidad.

Las innovaciones mejoran diagnósticos y tratamientos gracias a 'apps' que permiten el seguimiento integral de procesos médicos.

## BIBLIOGRAFIA

Antología Psicología unidad III (comprensión de las enfermedades).

<https://www.eae-publishing.com/catalog/details/store/gb/book/978-3-659-02381-1/importancia-de-la-medicina-en-la-sociedad>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/sicklecell/healthyliving-prevent-infection.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002393.htm>