

Mi Universidad

CUADRO SINÓPTICO

NOMBRE DEL ALUMNO: Carol Denisse Pereyra Calvo.

TEMA: UNIDAD III: CUADRO SINÓPTICO.

PARCIAL: Tercero.

MATERIA: PSICOLOGÍA Y SALUD.

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Recinos Vera Guadalupe.

LICENCIATURA: Enfermería.

CUATRIMESTRE: Primero.

Frontera Comalapa, Chiapas a 11 de noviembre del 2023.

Comprensión de las enfermedades

Cáncer

Categoría de las enfermedades crónico-degenerativas

Características como: el dolor, la invasión, la inminencia de la muerte o los efectos secundarios de los tratamientos médicos

Radioterapia

Efectos secundarios como la anorexia, la náusea, el vómito, la fatiga, la debilidad, el dolor y la diarrea, que suelen aparecer dos o tres semanas después de iniciado el tratamiento

Quimioterapia

Efectos secundarios: la pérdida del cabello, la fatiga, la anorexia, las neuropatías periféricas, la estomatitis, la diarrea y los problemas sexuales, las náuseas y el vómito, que aparecen acompañando al tratamiento

El personal de salud tiene la mejor disposición para proporcionar información acerca de las molestias que ocasiona la propia enfermedad, de las ventajas que tiene el que se lleven a cabo cada uno de los tratamientos, así como de los efectos secundarios.

Conductas de salud

Cualquier actividad realizada por una persona que la cree saludable, con el propósito de prevenir una enfermedad o detectarla en una etapa asintomática;

Recolección de datos

Deben agruparse y se recogerse elementos que son importantes dentro de un contenido

Se pueden hacer encuestas, entrevistas o procesos de observación o consultas bibliográficas.

Obtiene información que establezca resultados en determinado tema de estudio.

Aplicada en diversas disciplinas o actividades, ya sea ciencias sociales, informática, económica, entre otros.

Organización Mundial de la Salud (OMS)

Especializado en gestiones políticas de prevención, promoción e intervención a nivel mundial

Explicar el complejo fenómeno de la salud-enfermedad

3 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

Dos primeras dimensiones del proceso salud-enfermedad representan 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.

Psicología y Sida

Factores que 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

Situaciones que pueden contribuir a trastornos de salud mental en personas con 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 infecciones oportunistas afines pueden afectar el cerebro y el sistema nervioso

Causan cambios en la forma en que una persona piensa y se comporta.

Señales de alerta de un problema de salud mental

Perder el interés en actividades que suelen ser agradables.
Sentir una tristeza persistente o sensación de vacío
Sentir ansiedad o estrés

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

El proveedor de atención médica determinará si alguno de sus medicamentos contra el VIH podrían estar afectando su salud mental. Ayudarles a las personas con el VIH a encontrar un proveedor de atención de salud mental como un psiquiatra o terapeuta

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

Los psicólogos pueden dar una explicación de los resultados (sea positivo o negativo) y las posibles vías de manejo

Estrategias para la prevención del SIDA

Intervención preventiva en el ámbito del sida

Eliminar o disminuir el riesgo de aparición del VIH para toda la población

Promover habilidades y comportamientos que eviten o disminuyan el número de nuevas infecciones (prevención primaria).
Favorecer que las personas portadoras del VIH retrasen en la medida de lo posible el periodo sintomático del sida (prevención secundaria)

Dos estrategias para limitar el número de recién nacidos infectados por el VIH

Adopción de medidas para impedir que las mujeres se infecten con VIH y la prestación de servicios de planificación familiar e interrupción del embarazo

Prevención de la transmisión sexual.

Supone la principal vía de transmisión del sida y, a la vez, la que plantea mayores dificultades de prevención, ya que involucra a los dos miembros de la pareja.

Modelos teóricos sobre la adquisición y mantenimiento de conductas de prevención

Modelos teóricos de educación para la salud

Señalan una serie de factores que influyen en la adopción de comportamientos de prevención y de riesgo del

Comportamiento humano a partir de tres elementos Bandura (1994)

a) determinantes personales, que incluyen factores cognitivos, afectivos y biológicos; b) la conducta y c) el ambiente.

Intervenciones psicológicas para producir modificaciones en las conductas de infección del VIH

Información

Motivación

Habilidades conductuales

Terapia cognitiva, mindfulness y diabetes

Terapia cognitivo-conductual (TCC)

Se basa en 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.

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

La TCC contribuye 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.

Mindfulness es la presencia plena y conciencia abierta se conjugan en un momento en nuestra mente/cuerpo/es píritu.

Fomenta la atención, enfoque en el momento presente y el desarrollo de la conciencia sin prejuicios

En la diabetes los niveles de azúcar pueden disminuir por demasiada medicación o insulina, y puede convertirse en una causa común de estrés.

El estrés puede hacer que suba su azúcar en la sangre y que se vuelva difícil de controlar, y quizá necesite tomar dosis más altas del medicamento para la diabetes o insulina (Tovote y cols, 2014)

Comprensión de las enfermedades

Hipocondría

Trastorno en el que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad.

Diferencias en el nivel cultural

Los de menor nivel tienden a dar explicaciones relacionadas con la enfermedad a sus síntomas que a problemas psicológicos

Seguramente desencadena más hipocondrías entre este tipo de población

Los más pobres tienen ciertamente peor salud física y también se dan diferencias en la expresión de las emociones.

Los enfermos hipocondriacos graves no suelen ir a la consulta del médico

Por el miedo a que les diagnostiquen una enfermedad.

Es difícil para los 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.

Tratamiento para la hipocondría

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.

Se le pide que no acuda a más médicos ni a las urgencias hospitalarias, que no hable de salud ni de enfermedad.

Una vez que se ha establecido este marco fuera de la consulta comienza el tratamiento psicológico propiamente dicho.

Comienzo del tratamiento

Perder el miedo a estar enfermo, cuando se está sintiendo la sensación que se teme. Es el propio pensamiento de estar enfermo que genera un miedo y una angustia muy grandes, es quien genera la sensación que se teme y se interpreta como enfermedad.

Técnica de exposición a las sensaciones corporales, que consigue que el paciente pierda el miedo a los síntomas que interpreta como enfermedad

También hay que enfrentar el miedo a la enfermedad y a la muerte.

Enfermedades cardiovasculares e hipertensión

Enfermedad cardiovascular

Se caracteriza por tener una etiología multifactorial, los factores de riesgo cardiovascular se potencian entre sí y, además, se presentan frecuentemente asociados

La hipertensión arterial considerada como otro factor de riesgo primario modificable, asociada con un mayor número de muertes debidas a enfermedades coronarias, cerebrovasculares, artropatía periférica e insuficiencia cardíaca y puede ser controlada con medicamentos, ejercicios físicos y una dieta saludable.

La diabetes

Enfermedad metabólica que se produce con más frecuencia en los seres humanos, provocando una mayor incidencia de aterosclerosis.

El hábito de fumar es otro factor de riesgo, puesto que se ha observado en diferentes estudios sobre enfermedades coronarias, una mayor incidencia de muertes en personas fumadoras que no fumadoras.

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

Bajo peso, sexo sin protección, hipertensión arterial, consumo de alcohol, sanidad deficiente, déficit de hierro, humo por combustión de sólidos en interiores, colesterol alto y obesidad riesgo

La hipertensión arterial es actualmente la principal causa de muerte.

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

La ansiedad se ha asociado muy frecuentemente con la hipertensión por las reacciones fisiológicas que implica.

El sólo etiquetar como "hipertenso" a un individuo puede generarle perjuicios tales como angustia, y ausentismo laboral por enfermedad

Es necesario detectar mecanismos que incluyan los efectos conductuales, cognitivos y emocionales en su diagnóstico y manejo.

Impacto psicológico del COVID-19

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

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.

Las intervenciones psicológicas en crisis tienen como objetivo minimizar los daños psicológicos y proveer asistencia durante la prevención y el control de la epidemia

Cuarentena

Concebida como la separación y restricción del movimiento de personas que han sido potencialmente expuestas al virus, también ha sido un factor estudiado

Concebida como la separación y restricción del movimiento de personas que han sido potencialmente expuestas al virus, también ha sido un factor estudiado

Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud

Desde el brote de la enfermedad muchos trabajadores de la Salud han sido infectados con el virus.

Se encuestaron a 4.357 sujetos. Las principales preocupaciones de los trabajadores de la salud fueron en primer lugar infección de colegas

En segundo lugar, la infección de miembros de la familia, tercer lugar medidas de protección y finalmente la violencia médica

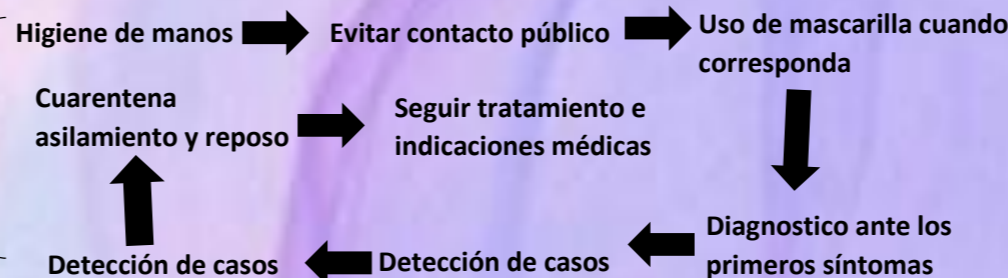
Hay dos grupos dentro del colectivo de trabajadores no sanitarios

Los trabajadores de actividades esenciales, han seguido su actividad laboral normal, encontramos a trabajadores de seguridad, limpieza, cuidado de personas mayores o con discapacidad, producción, distribución y venta de productos, etc.

Los trabajadores de actividades no esenciales, han tenido que seguir trabajando en sus domicilios mediante teletrabajo y, en caso de no poder hacerlo, tuvieron que interrumpir temporalmente su actividad profesional por no haber podido virtualizarla.

Intervenciones psicológicas en COVID-19: un modelo actual

Importancia de la identificación del comportamiento permite diseñar, planificar las intervenciones más efectivas permite a la Psicología poder aportar con todo su conocimiento científico de la Ciencia del comportamiento para el abordaje de esta Pandemia.



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.