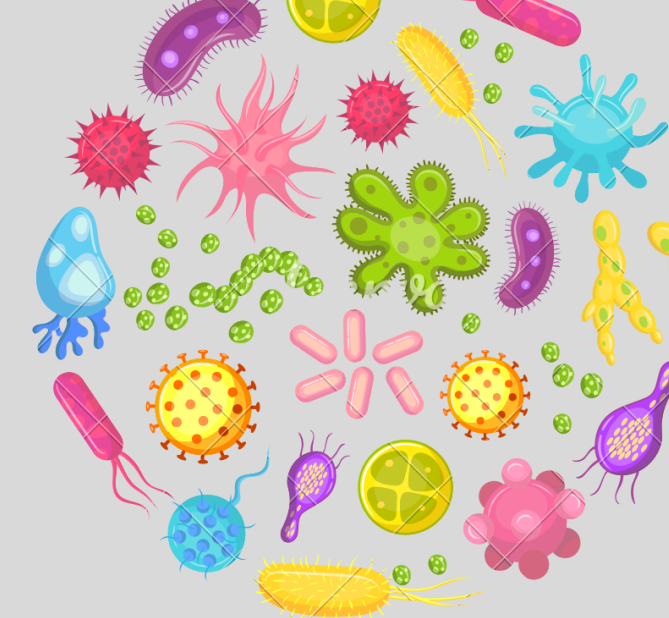


**UDES**  
Mi Universidad



# COMPRESION DE LAS ENFERMEDADES

MENDEZ URREA MARTHA ISABEL

LIC. Hernández Cruz Stefany

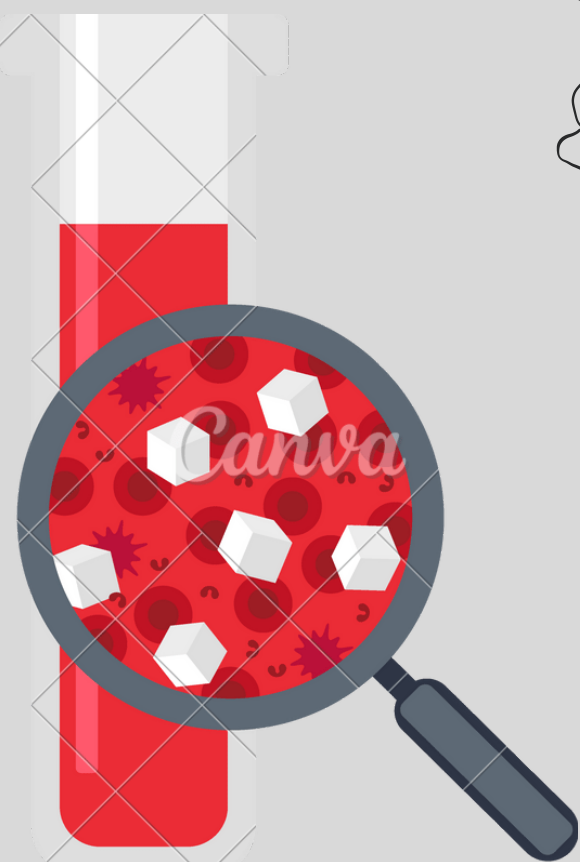
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Enfermería

Psicología y Salud

Tapachula, Chiapas

11 de Noviembre del 2023





## COMPRESION DE LAS ENFERMEDADES

### MODELOS DE COGNICION SOCIAL Y ADHERENCIA TERAPEUTICA:



Existen cuatro procesos fundamentales que intervienen en la cognición social: la atención, la interpretación, el razonamiento y la memoria.

#### **La atención:**

El sentido de la atención es limitada, ya que nuestro cerebro cancela algunos inputs que nos llegan y se focaliza en los que creemos importantes. Por ejemplo, somos capaces de centrar nuestra atención en una conversación ajena en un bar y obviar el ruido ambiente. Nuestro cerebro se fija conscientemente en hechos o en características que nos rodean.

#### **La interpretación:**

Después de captar la atención de las informaciones que nos llegan del exterior, debemos interpretarlas. Con la interpretación, damos sentido y significado a las experiencias que vivimos. Dependiendo de la situación, vamos a interpretarlo de un modo o de otro.

#### **El razonamiento:**

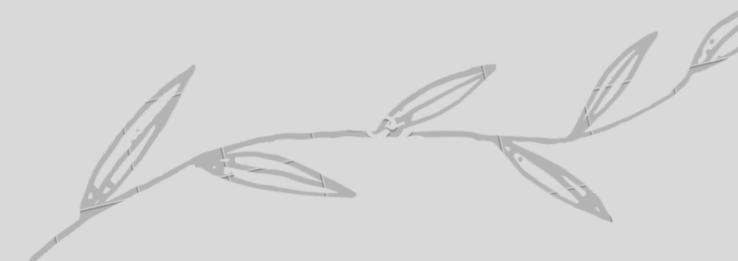
A partir de esta codificación, nuestro cerebro utiliza esta información para formarse una impresión y poder tomar decisiones. Entra en juego la parte consciente, ya que nosotros reflexionamos sobre ello, pero también una parte subconsciente, ya que tenemos unas normas sociales que están escondidas en nuestra psique, con las que nos regimos.

#### **La memoria:**

Nuestra memoria sirve para almacenar y recuperar información para poder utilizarla cuando la situación lo requiera. Nuestra memoria influye directamente a nuestra toma de decisiones, a qué ponemos atención y cómo interpretamos la información. A partir de nuestras experiencias vividas, nuestra forma de actuar cambia y recurrimos a nuestra memoria para saber actuar en situaciones similares.

### MODELOS DE COGNICION SOCIAL:

Cognición Social se define como la integración de procesos mentales que permiten la interacción entre sujetos, incluyendo fenómenos como el de la Percepción Social, la Teoría de la Mente y la Empatía (o respuesta afectiva a los estados mentales de otros sujetos).



## TECNICAS DE RECOLECCION DE DATOS:

**OBSERVACION:** La importancia que tiene la observación y entrevista como materia del programa de psicología es extensa pues, se evidencia la enseñanza de técnicas de evaluación psicológica para la recolección de información durante el trabajo realizado por el psicólogo. La observación es considerada como un primer paso para el conocimiento de la persona de lo que representa, lo que es, cómo es su comportamiento con respecto a su entorno y como se comunica ya sea con sus acciones y sus palabras.

**ENTREVISTA:** La entrevista a nivel psicológico son un instrumento importante para el enfoque clínico- psicológico puesto que es otra técnica de investigación científica. La psicología va más allá de la observación que se realiza a partir de la percepción y el conocimiento, la cual se perfecciona a lo largo de su desempeño como profesional y también como persona pues considero que si no hay empatía no se pueden establecer esa relación con confianza entre el psicólogo y del paciente que necesita su ayuda.

## MODELO DE CREENCIA EN SALUD:

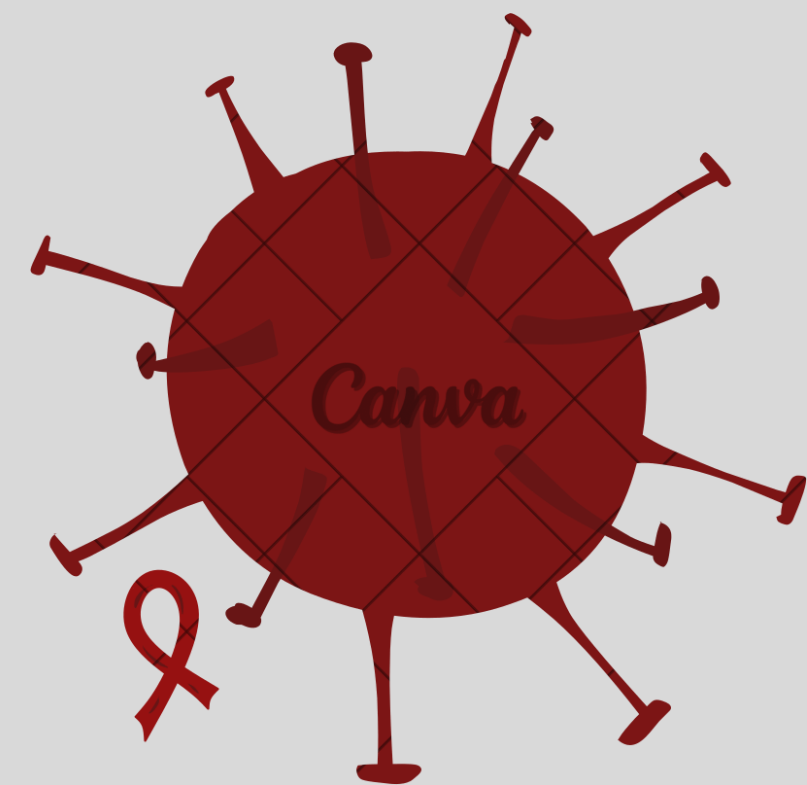
El MCS es una teoría construida en la valoración subjetiva de una determinada expectativa. En términos de salud, el valor será el deseo de evitar la enfermedad o padecimiento, y la expectativa la creencia en que una acción posible de realizar prevendrá o mejorará el proceso.

## PSICOLOGIA Y SIDA:

Tener el VIH puede ser una fuente de mucho estrés. El VIH podría poner a prueba su sensación de bienestar o complicar las afecciones de salud mental ya existentes. El VIH, y algunas infecciones oportunistas, pueden también afectar el sistema nervioso y provocar cambios en el comportamiento de las personas.

## ESTRATEGIAS PARA LA PREVENCION DEL SIDA:

- Hágase la prueba del VIH.
- Escoja patrones de comportamiento sexual menos arriesgados.
- Use condones.
- Limite el número de parejas sexuales que tenga.
- Hágase las pruebas y los tratamientos para las enfermedades de transmisión sexual.
- Hable con su proveedor de atención de salud sobre la profilaxis preexposición (PrEP).
- No se inyecte drogas.



## MODELOS TEORICOS SOBRE LA ADQUISICION Y MANTENIMIENTO DE CONDUCTAS:

**PSICOANALISIS:** El psicoanálisis se puede definir como una teoría de análisis clínico que analiza el inconsciente de las personas para tratar de entender comportamientos, sentimientos y formas de pensar.

**PSICODINAMICA:** Sus objetivos son llevar los procesos inconscientes a la consciencia y entender sentimientos sin resolver.

**TERAPIA HUMANISTA:** La terapia humanista focaliza su intervención psicológica en el desarrollo personal de la persona. Esto significa que además de tratar el problema psicológico del individuo (depresión, ansiedad, fobias, trastornos mentales etc. , se persigue que también pueda desarrollar su identidad, autoestima y motivación.

**SISTEMICA :** Lleva a cabo un estudio exhaustivo de la comunicación y relación que existe dentro de un grupo en el cual exista una interacción, lo que también podemos llegar a denominar como un sistema.

**COGNITIVO CONDUCTUAL:** Tipo de psicoterapia con la que se ayuda a los pacientes a cambiar su conducta mediante el cambio de la forma en que piensan y sienten sobre ciertas cosas. Se usa para tratar trastornos mentales, emocionales, de personalidad y de conducta.

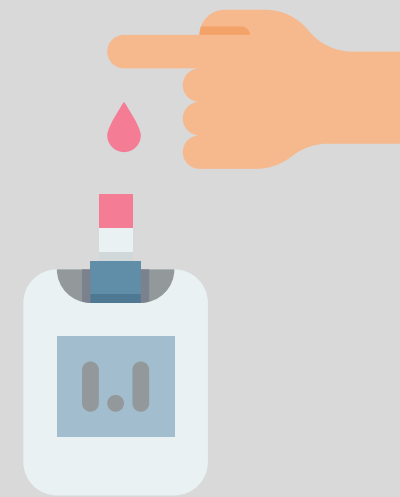
## INTERVENCIONES PSICOSOCIAL EN LA DIABETES:

El psicólogo ayudará en la aceptación y motivación del tratamiento y la enfermedad que es la diabetes, en el autocuidado y en la búsqueda del equilibrio emocional. Así, la angustia psicológica se reduce a, en consecuencia, generar un mayor bienestar y calidad de vida no solo para el paciente, sino para toda la familia.

## TERAPIA COGNITIVA, MINDFULNESS Y DIABETES:

La terapia cognitiva basada en mindfulness es una práctica muy útil que ayuda a aliviar los problemas psicológicos tales como la ansiedad, el estrés o la depresión, entre otros. En el caso de la diabetes aplica 5 pasos:

1. Primer paso: Ubica un lugar completamente tranquilo.
2. Segundo paso: Siéntate y mantén la espalda recta.
3. Tercer paso: Controla tu respiración.
4. Cuarto Paso: Hazte consciente de lo que pasa en tu cuerpo.
5. Quinto paso: Amplia el foco y controla de nuevo tu respiración.



## HIPOCONDRIA:

El trastorno de ansiedad por enfermedad, a veces denominado hipocondriasis o ansiedad por la salud, implica preocuparse excesivamente por tener o poder contraer una enfermedad grave. Es posible que no tengas síntomas físicos. Algunos de los principales factores que llevan a la aparición de esta enfermedad son: Experiencias previas con efectos sensibilizadores como errores médicos, enfermedades de familiares o amigos, el trastorno tiene una duración mínima de seis meses pero a causa de una angustia mayor interfiere con la vida cotidiana, en lo social y en el trabajo.

## ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES E HIPERTENSION :

La presión arterial alta, también conocida como hipertensión, implica que la sangre que corre a través de las arterias lo hace con demasiada fuerza y ejerce presión sobre sus paredes. La presión arterial es el factor de riesgo más importante de las enfermedades cardiovasculares.

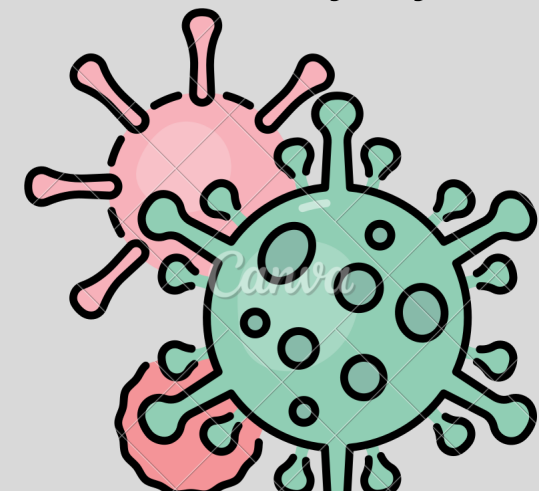
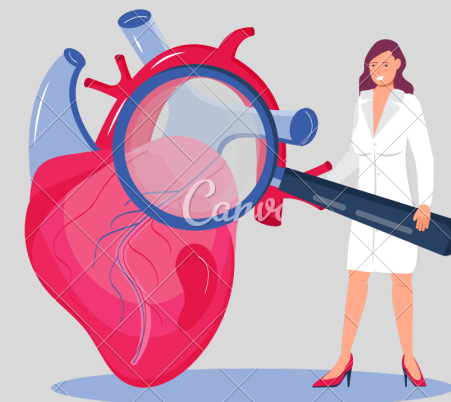
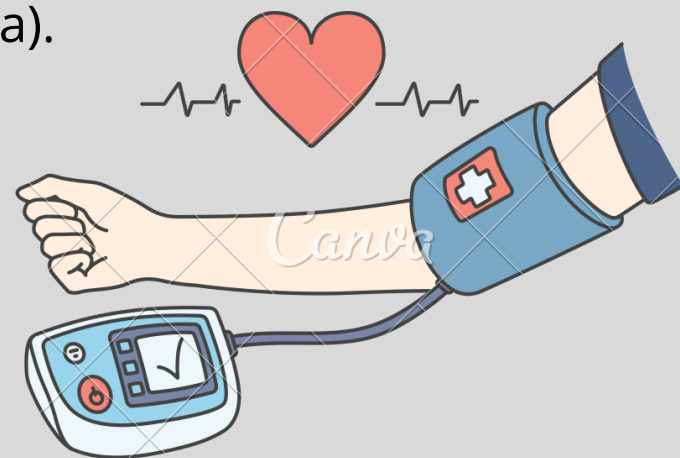
La enfermedad cardiovascular es un término amplio para problemas con el corazón y los vasos sanguíneos. Estos problemas a menudo se deben a la aterosclerosis. Esta afección ocurre cuando la grasa y el colesterol se acumulan en las paredes del vaso sanguíneo (arteria). Esta acumulación se llama placa.

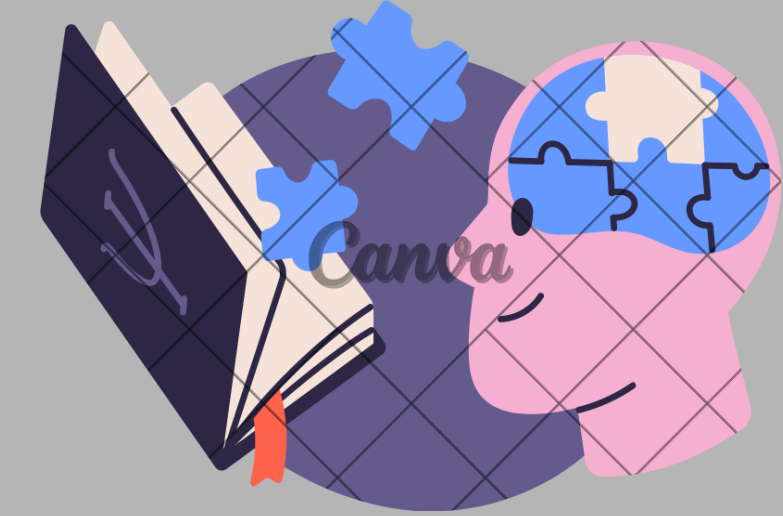
## IMPACTO PSICOLOGICOS DEL COVID19:

El aislamiento voluntario y el distanciamiento social a nivel psicológico implica riesgos debido a que despiertan sentimientos de incertidumbre, miedo y desesperación. Ocasionalmente trastornos mentales como ansiedad y depresión y síntomas como el insomnio en la población general y aún más frecuentemente en pacientes que han tenido COVID-19 y en sus familiares.

Los pacientes con trastornos mentales previos muestran empeoramiento de sus síntomas cuando han contraído la enfermedad, y si no ha sido así, al temor al contagio, a tener algún familiar enfermo o debido al fallecimiento de un ser querido.

La pérdida de trabajo, disminución o pérdida de ingresos son otros estresores importantes, al igual que el trabajo excesivo (home office) y cuidar de los hijos y de su educación (clases en línea).





## BIBLIOGRAFIAS:

<https://www.anahuac.mx/mexico/noticias/Los-estragos-psicologicos-por-la-pandemia-por-COVID-19#:~:text=Ocasionan%20trastornos%20mentales%20como%20ansiedad,19%20y%20en%20sus%20familiares.>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000759.htm#:~:text=La%20enfermedad%20cardiovascular%20es%20un,Esta%200acumulaci%C3%B3n%20se%20llama%20placa.>

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/illness-anxiety-disorder/symptoms-causes/syc-20373782#:~:text=El%20trastorno%20de%20ansiedad%20por,que%20no%20tengas%20s%C3%ADntomas%20f%C3%ADsicos.>

<https://institutorio.com/mindfunessydiabetes/>

<https://www.cdc.gov/hiv/spanish/basics/prevention.html#:~:text=Puede%20usar%20estrategias%2C%20como%20la,vez%20que%20tenga%20relaciones%20sexuales.>

<https://hivinfo.nih.gov/es/understanding-hiv/fact-sheets/el-vih-y-la-salud-mental#:~:text=Sentir%20una%20tristeza%20persistente%20o,Tener%20pensamientos%20suicidas>

