

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Rosario Yuriana Ortiz Ramos
ALUMNA:

LICENCIATURA EN ENFERMERIA

Ariadne Danahe Vicente Albores
ASESOR:

Primero
CUATRIMESTRE

Matutino
TURNO:

Importancia de la Psicología de la Salud
TEMA:

Psicología y salud
MATERIA:

Tapachula, Chiapas; Septiembre de 2024.
LUGAR Y FECHA:

IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

La psicología de la salud se ha venido desarrollando desde hace ya casi cinco décadas desde su consolidación como disciplina científica, por lo cual, se ha enfrentado a distintos retos para lograr introducirse en el campo de las ciencias de la salud, específicamente como apoyo en las áreas de la medicina. El presente documento parte desde un concepto ambiguo e irreal de lo que es la salud, el proceso de consolidación de la psicología de la salud como ciencia, los aportes en materia de atención primaria, promoción y prevención de la salud, hasta los retos que se le presentan en la actualidad para esta disciplina. Finalmente, se concluye que la psicología de la salud será la herramienta que marcará un antes y un después en las intervenciones que se realicen en las áreas que engloban el proceso de salud-enfermedad

Históricamente, la necesidad que tiene el ser humano de darle una interpretación y significado a los fenómenos que ocurren a su alrededor, en este caso, de la salud y la enfermedad, ha desembocado en dos propuestas: las que se enfocan en el estudio del por qué las personas se enferman y aquellas que enfatizan en la promoción de la salud y la prevención de las afecciones/enfermedades

Estas propuestas se remontan a la época griega, en donde se desarrollan dos escuelas enfocadas en demostrar el origen de la enfermedad: la escuela platónica y la escuela hipocrática. La primera, hace referencia a que “la enfermedad es un castigo divino de los dioses que se curaba no con medicamentos, sino con ritos sagrados”, mientras que la segunda, propone que las enfermedades tienen un origen natural, libre de toda concepción divina.

Fue durante mucho tiempo que el concepto de salud estuvo sujeto a interpretaciones variadas (religión y filosofía principalmente), además de considerarse a la salud únicamente como la ausencia de enfermedades. Es hasta 1946 que la Organización Mundial de la Salud (OMS) declara que la salud “es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades

Hacia un nuevo concepto de salud El concepto de salud que ha propuesto la OMS es irrealista, debido a que es prácticamente imposible alcanzar un bienestar completo y estable, por lo que resulta necesario establecer una definición más precisa sobre lo que es la salud como tal, al respecto Blum plantea un modelo de ambiente de salud conformado por cuatro componentes (biología humana, medio ambiente, estilo de vida y organización de la atención de la salud), los cuales se relacionan y modifican entre sí dentro del círculo poblacional

En un principio, la psicología de la salud se empezaba a definir como “una parte de la psicología clínica, que surge a partir del interés en el ámbito médico, como si el trabajo en el campo de la salud fuera reductible a un espacio tan limitado como la mera asistencia y cura de enfermedades”

Sin embargo, no es posible concebir a la psicología de la salud como una parte de la psicología clínica, ya que no se enfoca solamente en los trastornos mentales, sino que va más allá de éstos.

Joseph Dominic Matarazzo ha sido el pionero en el desarrollo de la medicina conductual y su relación con la salud conductual, debido a esto, sus aportes para la psicología de la salud resultan imprescindibles para las y los profesionales de la psicología.

El principal aporte que realiza Matarazzo a la psicología de la salud es determinarla como “la suma de contribuciones específicas educativas, científicas y profesionales de la psicología para la prevención y tratamiento de las enfermedades, promoción y mantenimiento de la salud, identificación de los correlatos etiológicos y diagnósticos de la salud, la enfermedad y la disfunción relacionada, así como el análisis y mejora del sistema de atención de la salud y la formación de políticas de salud”

la psicología de la salud se deberá interesar más en dos aspectos, “el primero será sobre todas aquellas conductas asociadas a la adquisición, desarrollo y mantenimiento de enfermedades o de un estado de salud óptimo, y el segundo referente a los factores psicológicos derivados del diagnóstico y tratamiento de una enfermedad física, además de las implicaciones que estos conlleven a nivel emocional en la persona

Es necesario que la psicología de la salud se adentre en el terreno de la Atención Primaria de la Salud (APS), esto debido a que la APS refiere a todos aquellos mecanismos que son factores determinantes de la salud (políticos, culturales, financieros, sanitarios, entre otros) que son potencialmente efectivos para que la población en general pueda acceder a los servicios de asistencia básicos con bajos costos y que sean de calidad

la psicología de la salud evidencia beneficios inmensos dentro de la APS más allá de mantenerse en el campo de acción de la psicología clínica, es decir, en terapias psicológicas. Dentro de los beneficios que aportaría la psicología de la salud en la APS encontramos mejoría en el control y seguimiento de enfermedades crónicas con componentes psicológicos importantes, su accesibilidad es mayor al encontrarse en centros de salud por lo que el costo para la población sería menor, además de contar con un enfoque biopsicosocial que permite una mayor precisión de los factores desencadenantes de la enfermedad y las conductas saludables para el mantenimiento de un equilibrio óptimo del organismo.

La funcionalidad que tiene la psicología de la salud gracias a la formación profesional que ofrece, además de su efectividad para promover conductas que favorecen el equilibrio biopsicosocial de las personas, apertura múltiples posibilidades de implementación para apoyar a los esfuerzos conjuntos de todas las instituciones nacionales e internacionales para la promoción de la salud en la población

A diferencia de la promoción de la salud, la prevención de la salud o también llamada prevención de enfermedades, hace referencia a las intervenciones que tienen por objetivo reducir o eliminar los comportamientos que se pueden calificar como factor de riesgo para el desarrollo de algún tipo de enfermedad.

A pesar de los múltiples beneficios y oportunidades que proporciona la psicología de la salud en materia de APS, la PS y la prevención de la salud, los retos que debe superar para ser aceptada como una disciplina científica, capaz de formar parte de un campo que hasta ahora ha sido exclusivo de la medicina, son variados, pero que principalmente radican en la transformación de paradigmas, políticas y servicios de salud para volverlos un campo multi e interdisciplinario, pues esto, no depende de las y los profesionales de la psicología de la salud.

Cabe destacar que la psicología de la salud, a casi cinco décadas de su consolidación como disciplina científica, ha realizado múltiples aportaciones en diversos países a nivel mundial en materia de salud pública. No obstante, aún se enfrenta ante la incertidumbre que puede causar el contexto sociopolítico cambiante del país donde se implemente.

Ante tal situación, la psicología de la salud deberá aumentar sus esfuerzos por seguir coadyuvando a las diferentes áreas de la salud (como lo es la medicina, la nutrición, la epidemiología, entre otras), ya que sin el conocimiento que aporta de manera teórica y metodológica proveniente de la psicología, las demás disciplinas perderían sentido y dirección al momento de establecer una óptima APS, PS y prevención de las enfermedades.

Es por esto que, más que desalentar a las y los estudiantes que buscan especializarse en la psicología de la salud con los retos y responsabilidades que el área exige, se incentiva a que sean factores de cambio en la concepción de la APS, la implementación de una PS efectiva y los medios para prevenir la adquisición de enfermedades.

Finalmente, la psicología de la salud juega un papel fundamental en el futuro de la población ya que, como se ha venido mencionando a lo largo del escrito, sus aportaciones e implicaciones en el proceso de salud/enfermedad son vitales para generar una dinámica de bienestar óptimo en las personas.

En conclusión, se puede considerar a esta noble disciplina como la herramienta necesaria para la modificación de los patrones conductuales de riesgo para la salud, la eliminación del estigma de la atención en materia de salud mental y su relación con las enfermedades físicas, el cambio en el paradigma médico sobre la exclusividad del área y la conceptualización de la psicología como parte de las ciencias de la salud, además de marcar un antes y un después en la dinámica de la APS, PS y prevención de la enfermedad a partir de la práctica basada en evidencia.

BIBLIOGRAFIA

<https://psicologiacientifica.com/psicologia-de-la-salud-panorama/>

<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/18614>

<https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/psicologia-de-la-salud/>

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922010000100005

