



UDS
Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: Brenda Lizet López Gómez

Nombre del tema: Comprensión de las enfermedades

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología y salud

Nombre del profesor: Luisa Bethel López Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1° Cuatrimestre

Pichucalco Chiapas 2 De Diciembre Del 2024

Explicaciones y planteamientos terapéuticos psicológicos actuales



Prevalencia y Factores de Riesgo

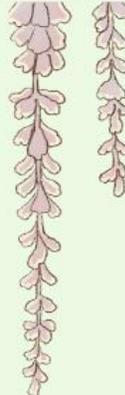


Bajo peso



Sexo sin protección

- Las enfermedades no transmisibles causan el 60% de las muertes en el mundo.
- Principales factores de riesgo: bajo peso, sexo sin protección, hipertensión arterial, consumo de tabaco y alcohol, sanidad deficiente, déficit de hierro, humo en interiores, colesterol alto y obesidad.



Consumo De Tabaco

Sanidad Deficiente



Alcohol



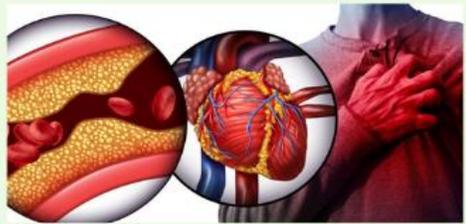
Déficit de hierro



Humo En Interiores



Colesterol Alto



Obesidad



Explicaciones y planteamientos terapéuticos psicológicos actuales



Hipertensión Arterial

- Es un problema de salud pública y la principal causa de muerte en muchos países.
- Afecta aproximadamente a mil millones de personas en el mundo.
- Importante causa prevenible de enfermedad y muerte.



Impacto y Medición

- OMS utiliza el índice DALY (disability-adjusted life years) para medir el impacto de enfermedades.
- La hipertensión es la tercera causa prevenible de enfermedad y muerte a nivel mundial.

En México

- Hipertensión primaria es el padecimiento más diagnosticado y principal motivo de consulta externa.
- Principales complicaciones: **enfermedades del corazón y cerebrovasculares.**
- **Ansiedad y depresión** afectan el bienestar y la adherencia terapéutica.



Enfermedades Del Corazón

ansiedad



cerebrovasculares

Depresión



Calidad de Vida (CDV)

- La calidad de vida se ve afectada por la salud y afecta otras áreas como trabajo, ocio, relaciones interpersonales.
- La CDV es crucial para evaluar efectos de intervenciones y decisiones clínicas.

Intervenciones Psicológicas

- Las intervenciones cognitivo-conductuales pueden mejorar la ansiedad, adherencia terapéutica y bienestar en pacientes hipertensos.
- Importancia de incluir efectos conductuales, cognitivos y emocionales en el manejo de la hipertensión.





Impacto psicológico del COVID-19



Impacto psicológico del COVID-19

- Poca evidencia disponible inicialmente, pero especialistas observan reacciones psicológicas significativas.
- Las respuestas emocionales iniciales incluyen **miedo e incertidumbre extremos**.
- Comportamientos sociales negativos debido al miedo y percepciones distorsionadas del riesgo.

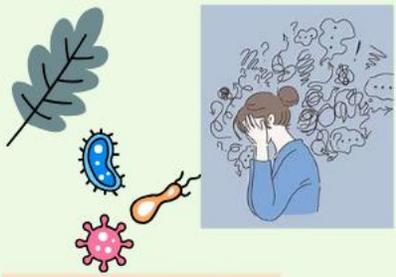


Efectos en la salud mental

- Problemas en la salud mental pública: **insomnio, ira, miedo extremo, mayor uso de alcohol y tabaco, aislamiento social**.
- Trastornos específicos: **estrés postraumático, ansiedad, depresión, somatización**



Problemas en la salud mental pública: **insomnio, ira, miedo extremo, mayor uso de alcohol y tabaco, aislamiento social.**



Trastornos específicos: **estrés postraumático, ansiedad, depresión, somatización**



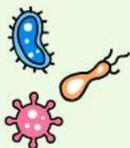
Efectos en niños
Los niños también presentan síntomas y necesitan intervenciones terapéuticas



Investigaciones en redes sociales
Estudio en **Weibo** muestra aumento de emociones negativas (ansiedad, depresión, indignación) y disminución de emociones positivas (felicidad, satisfacción con la vida).



Impacto psicológico del COVID-19



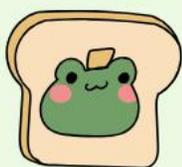
Encuesta en China

- El 53.8% de los encuestados calificó el impacto psicológico de la enfermedad como moderado o severo.
- 16.5% reportaron síntomas depresivos moderados a severos.
- 28.8% reportaron síntomas de ansiedad moderada a severa.
- 8.1% informaron niveles de estrés moderados a severos.
- 84.7% de los encuestados pasó de 20 a 24 horas por día en casa.
- 75.2% estaban preocupados por el contagio de sus familiares.



Importancia de la información actualizada

Información específica y actualizada sobre la salud y medidas de precaución se asocian con menor impacto psicológico y niveles de estrés, ansiedad y depresión.



Intervenciones psicológicas en crisis

- Deberían implementarse en todos los grupos afectados para minimizar los daños psicológicos y evitar problemas posteriores como el estrés postraumático.
- Se proponen cuatro niveles de atención según la prioridad.



Confusión



Ira

Impacto psicológico de la cuarentena

- La cuarentena puede causar efectos psicológicos negativos como síntomas de estrés postraumático, **confusión e ira**.
- **Factores que inciden** en la respuesta incluyen la duración de la cuarentena, **temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros e información inadecuada, pérdidas financieras y estigma**.
- **Es importante** no prolongar la cuarentena más de lo necesario y proporcionar justificación e información clara sobre los protocolos, así como asegurar suficientes suministros.

Uso Inadecuado de la Información



Aburrimiento



Frustración

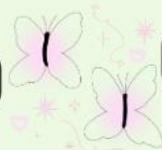
información inadecuada



estigma



pérdidas financieras



Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud

Percepción de riesgo y estado psicológico de los trabajadores de la salud

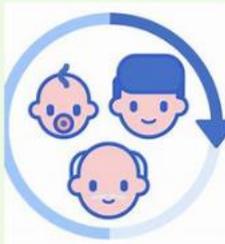
- Principales preocupaciones: **infección de colegas (72.5%)**, **infección de familiares (63.9%)**, **medidas de protección (52.3%)** y **violencia médica (48.5%)**.
- **Un 39% de los trabajadores sanitarios** presentaba problemas psicológicos, especialmente aquellos que ya habían pasado por aislamiento y contagio a familiares o colegas.



infección de colegas
(72.5%)



Infección de familiares
(63.9%)



Edad



contexto social

Impacto psicológico del COVID-19 en los trabajadores de la salud

- **Prolongadas jornadas laborales** y constante exposición a la enfermedad han deteriorado tanto la salud física como mental del personal sanitario.
- **Factores contribuyentes:** **edad, contexto social y relaciones interpersonales, falta de capacitación, nivel de exposición a pacientes contagiados.**



relaciones
interpersonales



falta de
capacitación

nivel de exposición a
pacientes contagiados



Impacto en trabajadores no sanitarios

- **Diferenciación entre trabajadores** de actividades esenciales (en contacto con posibles contagiados) y no esenciales (teletrabajo o interrupción de actividad profesional).
- **Teletrabajo asociado** a aumento de tensiones debido al aislamiento y adaptación a nuevas formas de trabajar.

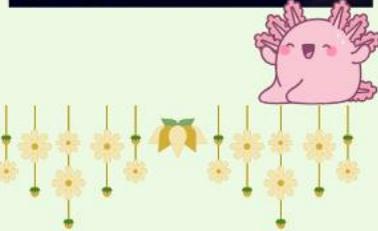


Impacto Psicológico en trabajadores de la Salud



Sentido de la coherencia (SOC)

- Capacidad para percibir **situaciones estresantes como comprensibles, manejables y significativas**, permitiendo un afrontamiento eficaz.
- **Niveles bajos de SOC** asociados a altos niveles de angustia psicológica y presencia de síntomas de COVID-19.



Engagement laboral

- **Estado de salud mental positivo y satisfactorio** relacionado con el trabajo.
- **Niveles bajos de SOC y de engagement laboral** demostraron ser factores protectores ante la presencia de distrés.



Variables que predicen el distrés psicológico en trabajadores no sanitarios

Ser mujer, tener una vivienda interior, mala percepción de salud, número de síntomas, contacto con personas o material contaminado, ser trabajador autónomo.



Vías de información y distrés

- **Redes sociales (77.5%), televisión (58.4%) y páginas webs de sociedades científicas (48.8%)** son las principales fuentes de información.
- **Mayor confianza** en profesionales sanitarios que en el sistema sanitario.

Necesidad de apoyo psicológico

Importancia de preparar recursos para ofrecer apoyo psicológico a trabajadores sanitarios, no sanitarios, enfermos y familiares.



Intervenciones psicológicas en COVID-19: un modelo actual

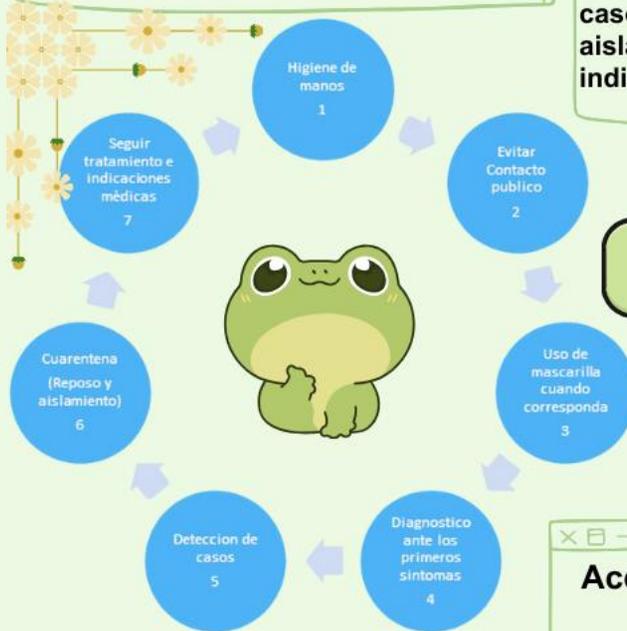


Importancia de las conductas en la enfermedad del COVID-19

- **Identificar y comprender** el comportamiento permite diseñar y planificar intervenciones efectivas.
- La Psicología aporta su conocimiento científico para abordar la pandemia desde la Ciencia del comportamiento.

Conductas preventivas

Higiene de manos, evitar el contacto público, uso de mascarillas, diagnóstico ante los primeros síntomas, detección de casos, cuarentena (reposo y aislamiento), seguir tratamiento e indicaciones médicas.



Mapa conductual del COVID-19. Adaptación de Poudel et al.2020

Acciones ante sospecha de infección

Acudir a centros de salud y realizar diagnóstico en caso de presentar síntomas o haber estado cerca de personas infectadas.

Tratamiento de la enfermedad

Reposo, aislamiento y tratamiento de los síntomas siguiendo indicaciones médicas.



Reposo



Tratamiento



Aislamiento

Áreas de intervención de la ciencia del comportamiento

- Lavado de manos, contacto con la cara, aislamiento, comportamiento en público, comportamientos indeseables (e.g., xenofobia), comunicación de crisis y percepciones de riesgo.
- Ejemplos: educación e información sobre higiene de manos, atención a problemas de salud mental causados por el aislamiento, y manejo de percepciones de riesgo sesgadas o distorsionadas.



Referencia Bibliografía

UDS. (2024). *Universidad Del Sureste - Psicología Y Salud*. UDS.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/6e99f9bf6f210c3065afa25b4ea8ee5d.pdf>