



# Mi Universidad

## Super nota

Nombre del Alumno: Avendaño Rodas Jonathan Francisco.

Nombre del tema: *Bases conceptuales de la Psicología médica, origen y desarrollo de la Psicología médica, la patología psicomática.*

Parcial: I parcial.

Nombre de la Materia: *Psicología Médica.*

Nombre del profesor: *Dra. Yanet Morillo Calderini.*

Nombre de la Licenciatura: *Medicina Humana.*

Semestral.

## BASES CONCEPTUALES DE LA PSICOLOGÍA MÉDICA, ORIGEN Y DESARROLLO, Y LA PATOLOGÍA PSICOSOMÁTICA

La psicología médica es una disciplina que surge de la necesidad de comprender al ser humano de manera integral, considerando no solo su dimensión biológica, sino también la psicológica y social. Su finalidad es estudiar cómo los procesos mentales, emocionales y conductuales influyen en la salud, en la aparición de enfermedades y en la recuperación del paciente. A diferencia de la medicina tradicional que históricamente se centró en el aspecto biológico y orgánico de la enfermedad, la psicología médica propone que la salud debe ser vista como un estado de equilibrio dinámico en el que interactúan los factores físicos, mentales y sociales.

En su base conceptual, esta disciplina parte del modelo biopsicosocial, el cual sostiene que las enfermedades no son únicamente el resultado de alteraciones biológicas, sino que también están moduladas por el estilo de vida, las emociones, la personalidad, el estrés y las relaciones sociales. Bajo esta visión, el paciente no es un objeto pasivo que recibe tratamiento, sino un sujeto activo que participa en su proceso de salud-enfermedad. La relación entre el médico y el paciente adquiere una importancia fundamental, ya que la confianza, la comunicación y la empatía influyen directamente en la adherencia al tratamiento y en la evolución de la enfermedad. Asimismo, la psicología médica se enfoca en la prevención y promoción de la salud, enseñando estrategias para manejar el estrés, fomentar hábitos saludables y desarrollar recursos de afrontamiento frente a situaciones adversas.

En cuanto a su origen y desarrollo histórico, la psicología médica tiene raíces que se remontan a la antigüedad. En la medicina griega, Hipócrates ya había propuesto que las enfermedades podían estar relacionadas con los estados emocionales y con el desequilibrio de los llamados humores corporales, lo que evidencia una primera aproximación a la interacción entre mente y cuerpo. Durante la Edad Media, la concepción de la enfermedad estuvo fuertemente influida por interpretaciones religiosas, en las que el sufrimiento físico era considerado un castigo divino o consecuencia de fuerzas espirituales. Sin embargo, a medida que avanzó el Renacimiento, comenzó a retomarse la idea de que la mente podía influir en el cuerpo, aunque aún de manera muy limitada.

El verdadero impulso de la psicología médica se dio a partir del siglo XIX con el surgimiento de la psiquiatría y, posteriormente, con el psicoanálisis de Sigmund Freud, quien exploró cómo los conflictos inconscientes y las experiencias emocionales reprimidas podían manifestarse en síntomas físicos, lo que conocemos

como conversión somática. A lo largo del siglo XX, la medicina psicosomática tomó fuerza, integrando el conocimiento médico con el psicológico, lo que permitió reconocer que muchas enfermedades físicas no podían explicarse únicamente por alteraciones orgánicas. Fue en este mismo siglo cuando George Engel propuso el modelo biopsicosocial (1977), que reemplazó al antiguo modelo biomédico y dio sustento científico a la psicología médica moderna. Con este paradigma se comprendió que las enfermedades crónicas, como la hipertensión, la diabetes o las enfermedades cardíacas, no podían entenderse ni tratarse de manera eficaz sin considerar los factores psicológicos y sociales que las rodeaban.

Hoy en día, la psicología médica está plenamente consolidada como una disciplina fundamental en el ámbito de la salud. Se ha incorporado en hospitales, clínicas y programas de salud pública, especialmente en áreas como la oncología, la cardiología, el dolor crónico, los cuidados paliativos y la atención primaria. También ha recibido un gran impulso gracias a los avances en neurociencias, que han demostrado cómo el sistema nervioso, el sistema inmune y las emociones se encuentran estrechamente vinculados.

Dentro de este campo, un aspecto esencial es el estudio de la patología psicosomática, que hace referencia a aquellas enfermedades físicas en cuya aparición, desarrollo o desenlace influyen de manera determinante los factores psicológicos. No se trata de enfermedades imaginarias ni fingidas, sino de alteraciones orgánicas reales que se ven exacerbadas o desencadenadas por el estrés, las emociones negativas o los conflictos internos no resueltos. La mente y el cuerpo funcionan como un sistema en constante retroalimentación, por lo que lo que ocurre en el plano psicológico se refleja en el organismo y viceversa.

Algunos ejemplos de enfermedades psicosomáticas son la hipertensión arterial, las úlceras gástricas, la colitis nerviosa, el asma bronquial, la psoriasis, las cefaleas tensionales y las migrañas. Todas ellas tienen una base fisiológica comprobada, pero también muestran una fuerte relación con factores emocionales como la ansiedad, la depresión, el enojo no expresado o el estrés prolongado. El mecanismo principal que explica estas enfermedades es la activación crónica del eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, que mantiene elevados los niveles de cortisol y otras hormonas relacionadas con el estrés, debilitando así el sistema inmune y afectando órganos específicos.

El tratamiento de las patologías psicosomáticas requiere un abordaje interdisciplinario, donde se combinen los recursos de la medicina tradicional con el apoyo psicológico. La psicoterapia, particularmente la terapia cognitivo-conductual, ha mostrado gran eficacia al ayudar al paciente a identificar y modificar los

pensamientos y conductas que incrementan su malestar. Además, se utilizan técnicas de manejo del estrés, como la relajación progresiva, la meditación o el mindfulness, así como programas de educación en estilos de vida saludables que promuevan el ejercicio físico, una dieta equilibrada y la eliminación de hábitos de riesgo como el tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol.

En conclusión, la psicología médica se sustenta en una visión integradora del ser humano, donde mente y cuerpo forman una unidad indivisible. Su desarrollo histórico refleja la evolución del pensamiento humano en torno a la salud y la enfermedad, desde las explicaciones mágico-religiosas hasta la consolidación del modelo biopsicosocial. Finalmente, el estudio de la patología psicosomática constituye una prueba clara de cómo los factores psicológicos pueden influir directamente en el organismo, demostrando que para alcanzar un verdadero bienestar es indispensable atender tanto las necesidades físicas como las emocionales y sociales del paciente.