

Junio , nº 44 y nº 45 , 1990

Copyright 1990 © Papeles del Psicólogo
ISSN 0214 - 7823

PSICOLOGÍA DE LA SALUD

José María León Rubio.

Profesor titular de universidad. Departamento de Psicología Social, Universidad de Sevilla.

Curso de Formación para Postgraduados.

Incluido en los PROGRAMAS MASTER de la Universidad Hispalense, titulado PSICOLOGÍA DE LA SALUD: PROBLEMAS PSICOSOCIALES EN EL ÁMBITO DE LA SALUD.

Este Curso ha sido organizado por el Departamento de Psicología Social de dicha Universidad, con la colaboración de la Delegación de Andalucía Occidental del C.O.P. y el Area de Sanidad de la Excm. Diputación Provincial de Sevilla, abordándose en el mismo tres seminarios que se corresponden con los siguientes núcleos temáticos: 1) *Definición y desarrollo histórico de la Psicología Social de la Salud*, profesor José María León Rubio. En dicho seminario, se abordaron temas tales como las contribuciones de la Psicología Social a la Medicina Comportamental y el desarrollo de la Salud Comunitaria, expuestos respectivamente por los profesores don Jesús Rodríguez Marín (Universidad de Alicante) y don Manuel Martínez García (Universidad de Sevilla). 2) *Psicología Social aplicada a la salud*, coordinado por el profesor don Francisco Morales Domínguez (UNED) y en el que se abordaron los temas «Estrés y creencias de salud» (doña Ana Barrón López de Roda, de la Universidad Complutense de Madrid), «Facilitación social y salud» (don Tomás Gómez Delgado, de la Universidad de Sevilla), «Apoyo social y Salud» (Anastasio Ovejero Bernal, de la Universidad de Oviedo), «Aproximación psicosocial al SIDA» (don Tomás Gómez Delgado y José María León Rubio), «Estrés académico y salud» (don Francisco Javier Muñoz García, de la Universidad de Sevilla), «Evaluación necesidades en los servicios de salud» (don Fernando Chacón Fuertes, de la Universidad Complutense de Madrid), «La comunicación social en el binomio salud-enfermedad» (doña Felicidad Loscertales Abril, de la Universidad de Sevilla), «Representaciones sociales y salud mental» (don Manuel García Ramírez, de la Universidad de Sevilla). 3) *Diseño y evaluación de programas de salud*, cuya coordinación corrió a cargo de don Luis Jarana Expósito (Psicólogo de la Excm. Diputación Provincial de Sevilla) y doña Inmaculada Fernández Jiménez de Cisneros (Universidad de Sevilla) y en el que se presentaron diferentes programas de salud actualmente en curso en la Comunidad Autónoma Andaluza. Todas estas aportaciones quedarán recogidas en un libro que editará en el próximo otoño el Area de Sanidad de la Excm. Diputación Provincial de Sevilla.

El Curso contó con 77 personas inscritas de diferente procedencia profesional (psicólogos, médicos, enfermeros y trabajadores sociales), unidas por un interés común: encontrar un marco teórico y una metodología de trabajo multidisciplinar para abordar los problemas relacionados con la salud. Fruto de este primer acercamiento al campo de la Psicología Social de la Salud son las siguientes conclusiones que se obtuvieron al final del Curso:

1º El concepto de salud ha evolucionado, desde una definición tópica que concibe a ésta como la ausencia de enfermedad o invalidez a una formulación probablemente utópica (aunque esto no quita que no pueda y quizá ser concebido como meta hacia la que tender) en la que la salud es considerada como un estado de bienestar completo, físico, mental y social. De hecho, son numerosos los organismos internacionales con competencias en materia de salud que reconocen que el estilo de vida (es decir, el comportamiento de las personas) es uno de los principales determinantes del estado de salud de nuestra sociedad, estimándose que la contribución media, expresada en porcentaje, de este factor en la etiología y desarrollo de los diez problemas de salud que en la actualidad tienen un índice más alto de mortalidad y morbilidad es del 51 por 100 (entre ellos cabe citar los trastornos cardiovasculares, el cáncer y los accidentes de tráfico).

2º Se consideran de suma importancia las contribuciones que la Psicología (como ciencia del comportamiento) puede hacer para abordar los problemas de salud.

3º Entendemos por Psicología de la Salud un campo de aplicación de los conocimientos teórico-prácticos de la Psicología Científica para lograr los objetivos que los sistemas de salud plantean en un contexto socio-cultural determinado, siempre que dichas aportaciones partan de una concepción de la salud positiva, integradora, dinámica, objetiva y contextualizada.

4º Las aportaciones que la Psicología Social puede hacer a la Psicología de la Salud podrían resumirse en tres categorías: investigación, docencia e intervención.

5º Las contribuciones de la Psicología Social a la investigación en el campo de la salud pueden resumirse en los siguientes apartados:

1. Utilización de técnicas psicosociales (entrevistas, escalas de actitudes, sondeos etc.), para el análisis de la situación de la comunidad sobre la que se quiere intervenir.
2. Evaluación de contextos y estudio de los factores psicosociales que intervienen en la etiología y desarrollo de problemas de salud.
3. Estudio de la eficacia de las diferentes técnicas psicosociales desarrolladas para el tratamiento de diferentes problemas de salud.
4. Elaboración de modelos integrados de planificación y programación de los Servicios de cuidado de Salud y de los Servicios Sociales.

6º En el campo de la docencia, la Psicología Social debe proporcionar a los profesionales de la salud unos conocimientos y unas técnicas que les permitan enfocar la realidad individual y social desde la óptica de la interrelación contextualizada.

Algunos de los temas y áreas en los que deben centrarse dichos programas de formación son:

- Percepción social de la salud y sus consecuencias.
- La salud como proceso dinámico de construcción social.
- Aspectos subjetivos de la salud y la enfermedad.
- La atribución causal y la salud.
- La identidad social del sano y del enfermo.

- El aprendizaje de competencias sociales (por ejemplo, habilidades sociales) en el terreno de la salud.
- La motivación de los profesionales sanitarios.
- Actitudes de los usuarios y profesionales ante la salud.
- La comunicación interpersonal y la relación usuario-profesional.
- La integración de los enfermos en los centros hospitalarios.
- La participación comunitaria y la educación sanitaria.
- El Sistema de Salud y sus interacciones con otros sistemas.
- El conflicto y la negociación en las Organizaciones Sanitarias.
- El Análisis Institucional de las Organizaciones Sanitarias.

7º Respecto a las contribuciones que la Psicología Social puede hacer en el campo de la intervención en Salud merecen destacarse las siguientes:

1. Prevención de la enfermedad y promoción de la salud:

- a) Diseños de campañas y programas de intervención para la prevención de la enfermedad y promoción de hábitos y estilos de vida saludables.
- b) Programas de intervención para el manejo del estrés (tanto en profesionales de la salud como en usuarios de los servicios de salud), reducir la ansiedad psicosocial y mejorar la asertividad al objeto de prevenir la aparición de factores de riesgo o modificar conductas relacionadas con éstos.
- c) Medición de las actitudes psicosociales relacionadas con la salud.
- d) Evaluación, diseño y planificación del ambiente al objeto de mitigar o eliminar aquellos factores del mismo que tienen efectos negativos sobre el estado de salud.

2. Comprensión de los factores etiológicos y patogénicos: Se trata, en este caso, de determinar los factores psicosociales que contribuyen a que los individuos sean más susceptibles a la acción de ciertos agentes patógenos y de los modos en que el sistema sociocultural afecta a la salud y a la enfermedad a través de la influencia del estilo de vida prevalente en él. Asimismo, se puede estudiar e intervenir en el modo en que la distribución desigual de los recursos sanitarios genera problemas de salud por la simple desigualdad de acceso a los medios del Sistema de cuidado de la salud.

3. Diagnóstico:

- a) Determinación del estado de Salud de una comunidad.
- b) Problemas psicosociales asociados al diagnóstico de enfermedades graves como el cáncer, SIDA, etc.
- c) Percepción de los síntomas.
- d) Rol de la relación profesional de la salud-enfermo en el diagnóstico.
- e) Efecto de las actitudes del profesional de la salud en el diagnóstico.

4. Tratamiento y cuidado del paciente:

- a) Procedimientos terapéuticos basados en la teoría de la atribución y de la disonancia cognitiva.
- b) Actitudes ante la eficacia del tratamiento tanto del profesional como del paciente.
- c) Mejora de la asistencia sanitaria incidiendo en las relaciones profesional de la salud-enfermo.
- d) Intervención sobre las repercusiones psicosociales de la hospitalización.
- e) Entrenamiento en habilidades sociales al personal sanitario.
- f) Programas de intervención comunitaria para incrementar la donación de sangre y órganos.

5. Rehabilitación y adaptación del paciente a la enfermedad:

- a) Ayuda para lograr el ajuste psicosocial a la enfermedad y el desarrollo de estrategias de afrontamiento de ésta.
- b) Intervenciones psico-sociales con pacientes operados.
- c) Influjo de las actitudes del personal sanitario y del enfermo en el proceso rehabilitador.
- d) Estudio de los grupos de apoyo social en la rehabilitación.

Además de las formas de intervención señaladas, que convierten la actuación de la Psicología Social en el terreno de la salud en una aportación cada día más necesaria y fructífera, la participación de los psicólogos sociales puede referirse también a:

- Ayudar al diagnóstico general del Sistema de Salud con una orientación sistémica que reconozca la importancia de los elementos situacionales y contextuales en la incidencia de éstos sobre el estado de salud o enfermedad del usuario.
- Fomentar e incentivar la constitución y funcionamiento de los equipos de auto-ayuda en las situaciones familiares y laborales en las que la enfermedad de un miembro ha perturbado el equilibrio de los roles desempeñados en su seno.
- Impulsar la creación de equipos de apoyo comunitario (participación ciudadana) para hacer frente a las necesidades más urgentes de la comunidad.
- Ilustrar y aportar técnicas de interacción que faciliten la comunicación usuarios-servicios sanitarios y usuarios-profesionales de la salud.
- Facilitar la coordinación y funcionamiento del equipo sanitario.
- Desarrollar programas que generen actitudes favorables al uso racional y solidario de los servicios de salud.
- Cumplimentar las tareas específicamente «psicológicas» que, hasta el momento, venían realizando el personal médico y de enfermería.
- Relacionarse adecuadamente con el entorno familiar y laboral del paciente al objeto de conseguir su colaboración en la aplicación del tratamiento más adecuado.

- Amortiguar, facilitando el ajuste, el impacto estresante que conlleva la hospitalización.
- Preparar al usuario de los servicios de salud para o ante alguna intervención quirúrgica y ante las consecuencias postoperatorias.
- Trabajar, en el caso de enfermedades crónicas, para compaginar en cada uno de los pacientes la prolongación de la vida con la máxima calidad de vida posible.
- Desarrollar todas las aportaciones terapéuticas usadas tradicionalmente en el campo de la Salud Mental vinculadas estrechamente con la Psicología Social (grupos de apoyo, psicoterapia de grupo, dinámica de grupo, etc.).
- Desarrollar estrategias de afrontamiento de la muerte dirigidas al enfermo y a su entorno social de modo que ésta sea asumida adaptativamente, como acto que cierra biopsicosocialmente la existencia humana.

En conclusión, la Psicología Social por hallarse en la articulación de las Ciencias Psicológicas y de la biología, al estudiar la interacción entre lo individual y lo colectivo, permite tener una visión más completa y unitaria de la realidad humana en el contexto de la salud.

8º Por último, se considera que la Psicología de la Salud entraría a formar parte de un campo de aplicación más amplio e interdisciplinario: la medicina comportamental.

[SUBIR]