

Tema 6. Conductas de salud, de riesgo y de enfermedad y

Prof. Luis Jiménez Treviño
Área de Psiquiatría – Universidad de Oviedo
Servicio de Psiquiatría - HUCA

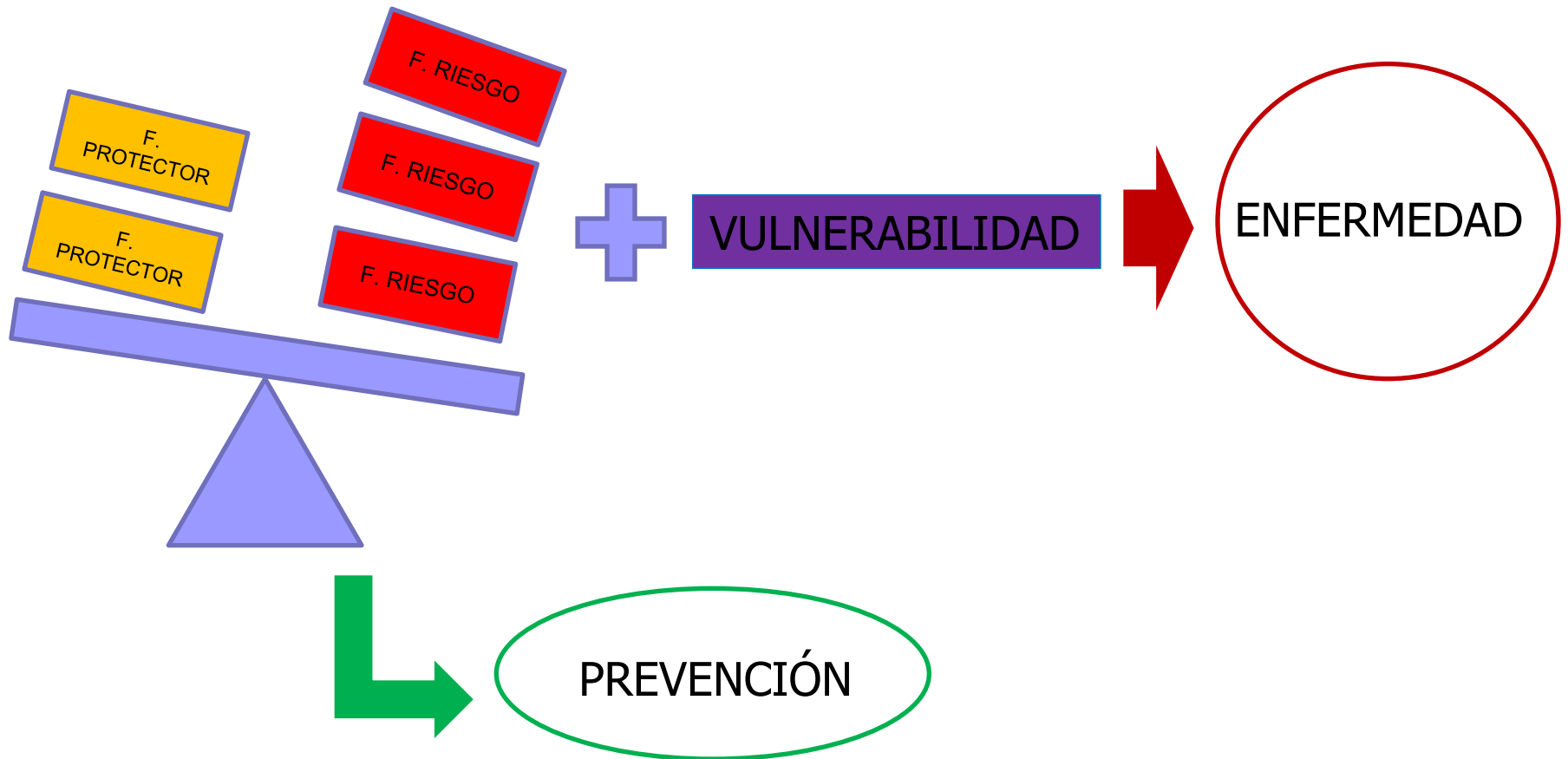




Determinantes de salud y bienestar

- Biología humana
- Medio ambiente
- Estilo de vida (Conductas de salud)
- Sistema de asistencia sanitaria

Vulnerabilidad



FACTORES DE RIESGO y PROTECCIÓN

Factores de riesgo: son aquellas condiciones sociales, económicas, biológicas, conductas o ambientes que están asociados o causan un incremento de la susceptibilidad para una enfermedad específica, una salud deficiente o lesiones. (OMS)

- Ej: Para las cardiopatías son factores de riesgo: el tabaquismo, la obesidad, el sedentarismo y la hipercolesterolemia, pero también la edad o los antecedentes familiares

Factores de protección: disminuyen la probabilidad para una enfermedad

- Ej: Para las cardiopatías son factores de protección: la dieta mediterránea, el ejercicio físico, pero también la edad o ser mujer

Factores de riesgo/protección

- Los factores de riesgo/protección pueden aparecer en diferentes aspectos del ambiente interno o externo de una persona (ambientales, sexuales, alimenticios, etc)
- Pueden ser o no modificables :
 - **Marcadores de riesgo** son características de la persona que no pueden modificarse (edad, sexo, estado socio-económico, etc.).
- La identificación de los factores de riesgo/protección es muy importante para las actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, puesto que los pacientes pueden modificar o eliminar algunos de estos factores

Factores de riesgo asociados a principales causas de mortalidad

Problema de salud	E. Vida	F. Ambient.	F. Biológ.	Cuidados Salud
Enf. Coronarias	54%	9%	25%	12%
Tumores malignos	37%	24%	29%	10%
Apoplejía	50%	22%	21%	7%
Accidentes (excep. veh.)	51%	31%	4%	14%
Accidentes (carretera)	51%	18%	1%	12%
Diabetes	34%	-	60%	6%
MEDIA TOTAL	51%	19%	20%	10%

Supuestos básicos de la psicología de la salud

- Determinados comportamientos incrementan el riesgo de ciertas enfermedades (conducta es factor de riesgo)
- La modificación de determinados comportamientos puede reducir la probabilidad de riesgo de determinados procesos de salud
- El comportamiento se puede cambiar con relativa facilidad
- Las intervenciones psicológicas pueden resistir (con balance favorable) un análisis de costo - utilidad/eficacia

Conductas de Salud

■ Conductas de salud:

- Cualquier actividad emprendida por una persona que se considera sana con el propósito de prevenir la enfermedad o detectarla en una etapa asintomática
 - Inmunógenos conductuales
 - Hábitos o estilos saludables

■ Comportamientos patógenos:

- perjudiciales para la salud
- conductas de riesgo para la salud



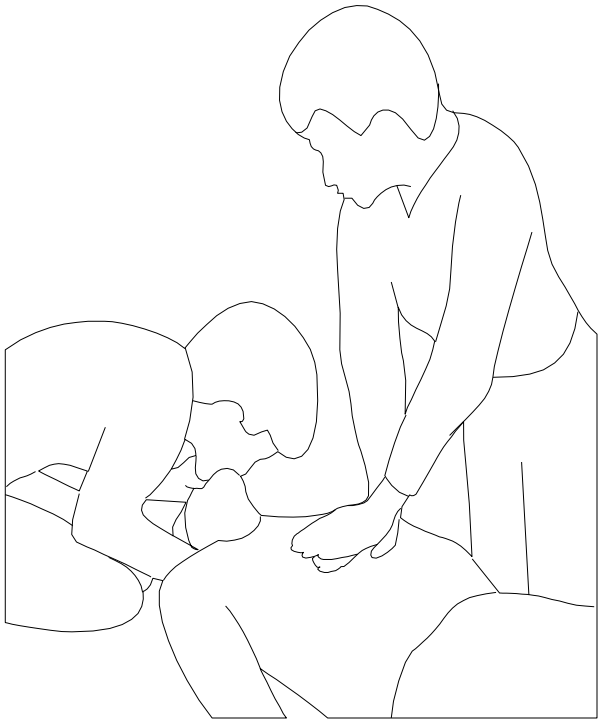
Determinantes de la conducta de salud

1. Actitudes y creencias
2. Autoeficacia percibida
3. La vulnerabilidad percibida
4. Percepción de síntomas
5. Evaluación costes/beneficios
6. Norma subjetiva
7. Apoyo social

Conducta de enfermedad

- *“La manera que el sujeto tiene de comportarse frente a la enfermedad, partiendo de su forma idiográfica y singular de percibir, sentir y dar importancia o no, a los síntomas que la enfermedad comporta”.*

Rol y estatus de Enfermo



- **No búsqueda consciente de la enfermedad.**
- **Aceptar las limitaciones de la enfermedad.**
- **Buscar ayuda competente.**
- **Colaborar en la curación.**

(CONDUCTA NORMAL DE ENFERMEDAD)

Vivencia de la enfermedad

- Desde una perspectiva cognitiva cuando un sujeto enferma se produce una respuesta emocional que está en relación a las siguientes variables:
 - Identidad: variables que identifican la presencia/ausencia enfermedad (Ej: cáncer o infarto) y los signos y síntomas de la misma (Ej.: inflamación, dolor)
 - Consecuencias: valoración de las consecuencias físicas, sociales, económicas, ...
 - Causas: ideas del paciente acerca de la causa de la enfermedad (Ej...: herencia, contagio, vicio, ...)
 - Duración: Expectativa del paciente acerca de la evolución temporal del proceso

Vivencia de la enfermedad

- Ante la enfermedad las personas pueden sentir:
 - Culpa. No generalizada en la actualidad. Entronca con algo arraigado en la naturaleza humana, la transgresión de la norma, durante años vehiculado a través del castigo divino. Especialmente evidente en las enfermedades mentales, las adicciones y el SIDA. En la era de la medicina científica, la norma que se transgrede es la higiene (no hacer deporte, fumar, comer mal y/o en exceso, ...) y el campo de batalla es el cuerpo
 - Desvalimiento. Regresión a un momento del desarrollo del psiquismo en el que no se es nada sin la presencia del otro. Se expresa en dependencia.



Vivencia de la enfermedad

- Inferioridad. Especialmente evidente en personalidades de “carácter”. La enfermedad signo de debilidad
- Ansiedad. Frecuente de anticipación. Lleva a conductas de evitación (fobia). Altera el “natural” de la persona. Es un elemento que el médico siempre debe tener en cuenta
- Rabia/Agresividad. Proyectar sobre el personal sanitario algunos aspectos de su situación(origen de la enfermedad, complicaciones..)



Vivencia de la enfermedad

- Evasión. rechazo de la realidad actual.
- Negación. El individuo trata de eliminar todos aquellos sentimientos o pensamientos desagradables. Expresada en minimización, trivialización,... Se da en personas emocionalmente inmaduras, con dificultad para tolerar la amenaza de la enfermedad. Antipáticos, distantes, descalificadores.

Otros factores que intervienen en el modo de reaccionar del paciente frente a la enfermedad

■ Edad del paciente

- *Adultos jóvenes*: más riesgo de reaccionar con resentimiento, incredulidad. Buscar otras opiniones.
- *Ancianos*: aceptan mejor sus problemas médicos

■ Personalidad del enfermo:

- Influirá en el estilo de afrontamiento (activo-pasivo-negativo)

■ Familia y amigos

- La complejidad de la dinámica familiar afectará al comportamiento del paciente.
- Ganancias secundarias; retraso en la curación o alta

Conducta anormal de enfermedad

- ***“El modo inapropiado o no adaptado de percibir, evaluar, o actuar en relación al propio estado de salud, persistiendo a pesar de que un médico haya ofrecido una explicación adecuada y razonablemente lúcida sobre la naturaleza de la enfermedad y del curso apropiado de tratamiento que debe seguirse, basado en un examen concienzudo del enfermo y teniendo en cuenta la edad del sujeto así como su nivel educacional y sociocultural”***

■ (Pilowsky, 1969)

Conducta anormal de enfermedad

- Negación de la Enfermedad:
 - No dar relevancia a los síntomas.
 - No seguir el tratamiento
 - No seguir hábitos sanos de vida.
- Acentuación de los síntomas de la enfermedad.
- Manipulación de la enfermedad:
 - Social
 - Familiar
 - Laboral