Educación en salud en el ámbito de las enfermedades cardiovasculares

Andrés Palomera Chávez

Hernández Meléndez Edelsys, Andrés Palomera Chávez y Fabiola de Santos Ávila. *Intervención psicológica en las enfermedades cardiovasculares*. Universidad de Guadalajara, Guadalajara. México. 2003, 160 pp.

Este libro es uno de los primeros textos que aborda el análisis de las estrategias de intervención que los psicólogos realizan en las enfermedades cardiovasculares.

Los autores hacen una extensa revisión de las relaciones que guardan los elementos psíquicos con el desarrollo y evolución de los trastornos cardiovasculares, entre los que se encuentran la personalidad, los estados emocionales y factores como el estrés, la ansiedad y la depresión. Destacan que el patrón de comportamiento tipo "A" (PCTA) es el que más se asocia con enfermedades como el infarto agudo al miocardio y la hipertensión, entre otras. Los parámetros del PCTA están asociados a rasgos de personalidad como la competitividad y el esfuerzo apremiante por lograr objetivos, la pluralidad de metas y compromisos con el trabajo, la sensación de urgencia temporal, prisa e impaciencia, la hostilidad, la irritabilidad y la falta de relajación corporal.

Analizan también el papel que tienen las estrategias de afrontamiento de la enfermedad en el proceso de desarrollo, evolución y, en su caso, de rehabilitación de pacientes con este tipo de trastornos. Por otra parte, abordan el papel que la calidad de vida desempeña en el proceso de rehabilitación de los pacientes con afecciones cardiovasculares. Presentan una descripción de los componentes de la calidad de vida percibida por los pacientes, sus familiares y el médico tratante.

Un apartado innovador corresponde a la propuesta de intervención psicológica en la que se proponen dos fases. La primera es una etapa diagnóstica en la que se deben analizar los factores psicosociales de riesgo en el proceso salud-enfermedad: los estados emocionales agudos (ira, depresión, ansiedad, etc.), el conocimiento del paciente de su enfermedad, sus atribuciones, su autocontrol, su nivel de aspiraciones, sus creencias de salud, sus hábitos de vida saludables o nocivos, si se trata de una personalidad salutogénica o propensa a enfermar, las redes de apoyo social, su efectividad, así como la percepción que tiene el paciente de sí mismo, sus estilos de afrontamiento que pueden ser la base de un patrón comportamental, su adaptación a la enfermedad y su calidad de vida.

La segunda es una fase terapéutica en la que se orienta la intervención hacia la disminución de los estados emocionales, para luego ir en busca de la eficiencia de los mecanismos de autorregulación personal. Se fomenta que el paciente conozca su enfermedad, sus posibilidades, y modifique los estilos de afrontamiento que están matizando y determinando su patrón comportamental. Proponen que los métodos a utilizar se seleccionen considerando los que mejor respondan a los objetivos planteados para cada paciente, ya sea individuales o grupales. Entre los más empleados se encuentran los métodos sugestivos y los persuasivos, las técnicas de relajación, la hipnosis, la retroalimentación biológica, las técnicas conductuales, la psicoterapia familiar, la terapia sexual y las charlas educativas.

Sin duda la sexualidad es un aspecto de fundamental importancia en la vida humana, pero en los pacientes cardiópatas adquiere un valor aún mayor. Los autores aportan elementos dirigidos hacia el análisis de los mitos que el sexo tiene en la vida de los pacientes con enfermedades cardiovasculares. En

esta parte se orienta al paciente, a la familia y a los profesionales en torno a cómo el paciente puede disfrutar de su vida sexual.

Finalmente, y éste es quizá el elemento crucial en el desarrollo y evolución de cualquier enfermedad, la comunicación del diagnóstico y pronóstico a pacientes y familiares por parte del personal de salud. En este último apartado del libro se instruye a los profesionales y familiares acerca de cómo informar a los pacientes sobre su enfermedad y cómo dosificar esta información para satisfacer sus necesidades considerando sus condiciones y particularidades individuales.

Seguramente este libro será de consulta obligada para los profesionales de las ciencias de la salud interesados en la atención psicológica de pacientes con enfermedades cardiovasculares, así como también de quienes trabajan con otro tipo de enfermos tanto ambulatorios como hospitalizados.