

## **PSICOLOGÍA DE LA SALUD Y SU RELACIÓN CON LAS POLÍTICAS PÚBLICAS**

### **HEALTH PSYCHOLOGY AND HIS RELATIONSHIP TO PUBLIC POLICIES**

María Paula Hernández Barrios

Tutora del curso Paradigmas de Investigación en Psicología

Escuela Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

<https://orcid.org/0000-0002-3499-2488>

[mariap.hernandez@unad.edu.co](mailto:mariap.hernandez@unad.edu.co)

Diciembre 2020

#### **RESUMEN**

La psicología de la salud es una parte de la psicología que se ha centrado en generar contribuciones para la mejora de la salud y calidad de vida de las personas, mediante la prevención y tratamiento de enfermedades, así como la promoción de estilos de vida saludables y la mejora del sistema sanitario en el cual todos los ciudadanos nos vemos inmersos. Algunos de los modelos explicativos y de intervención mayormente utilizados, son el Modelo de Creencias en Salud y el Modelo Ecológico, los cuales han brindado a lo largo de los años bases para la creación de planes y programas encaminados a la mejora de la calidad de vida y la salud de las personas.

En los últimos años el rol del psicólogo posee una participación más clara en la creación de políticas públicas encaminadas a la mejora de la salud mental y en la solución de problemáticas que aquejan a las comunidades; priorizando el acceso a los servicios de salud para todos los ciudadanos,

generando y desarrollando programas de prevención y promoción de la salud y centrando las acciones en las necesidades reales de la sociedad.

### **Palabras Clave**

Psicología, Salud, Políticas Públicas, Salud Mental

### **ABSTRACT**

Health psychology is a part of psychology that has focused on generating contributions to the improvement of people's health and quality of life, through the prevention and treatment of diseases, as well as the promotion of healthy lifestyles and the improvement of the health system in which all citizens are immersed. Some of the most widely used explanatory and intervention models are the Health Belief Model and the Ecological Model, which over the years have provided the basis for the creation of plans and programmes aimed at improving people's quality of life and health.

In recent years the role of the psychologist has been more clearly involved in the creation of public policies aimed at improving mental health and solving problems that afflict communities; prioritizing access to health services for all citizens, generating and developing health prevention and promotion programmes and focusing actions on the real needs of society.

### **Keywords**

Psychology, Health, Public Policy, Mental Health

El presente documento tiene como objetivo presentar un análisis sobre la psicología de la salud y su relación con las políticas públicas, así como el desarrollo de programas enfocados al abordaje de la salud mental de la comunidad; esto se hará teniendo como punto de inicio una revisión documental encaminada a evidenciar lo que se trabaja desde este ámbito.

## **Salud Mental**

Para contextualizarnos sobre la temática inicialmente debemos identificar a que se hace referencia con el termino salud mental; De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud OMS es “Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Es en este estado que se encuentran relacionadas acciones que directa e indirectamente están enfocadas en la promoción y protección del bienestar mental de los individuos.

Se entiende así que para hablar de salud mental también es necesario aludir a la enfermedad mental, a lo largo de la historia del ser humano la psicología ha mostrado un gran interés en este ámbito, centrando su labor en poder explicar y controlar los comportamientos anormales. Por esa razón el término “anormal” con el paso de los años ha tenido una concepción diferente, como lo menciona Davison & Neale (2002) “De por sí es complicado entender lo que se considera una conducta de los límites normales, por lo que resulta todavía más difícil comprender aquella que va más allá de la normalidad”.

Siguiendo esta misma línea actualmente se entiende que un individuo estándar es quien posee la capacidad de establecer relaciones con el entorno que lo rodea de manera adaptativa, productiva y flexible, además

de poseer unas percepciones de sí mismo y del entorno funcionales (Mebarak, Castro, Salamanca y Quintero, 2009).

No existe una línea que separe a las personas mentalmente sanas de las que no lo están, ya que existe una amplia gama de grados de salud mental, una persona puede experimentar en algún momento de su vida algún tipo de situación que afecte su condición de salud mental y esto no significa que sea considerado como una enfermedad (Mebarak, Castro, Salamanca y Quintero, 2009).

Se entiende que la salud mental de las personas va más allá de la falta de enfermedades o trastornos mentales, también se encuentra inmersa la salud física, así como el equilibrio y bienestar en cada una de las áreas que componen al ser humano las cuales le permiten desarrollar y desenvolverse en sus actividades cotidianas.

Desde el campo de la psicología a lo largo de la historia la salud ha sido un tema de estudio e intervención, es así como desde la psicología de la salud, Torres y Beltrán (1986) identifican que:

Por psicología de la salud debe entenderse una actividad profesional encaminada a estudiar e influir sobre aquellos aspectos de la esfera psicológica (actitudes, concepciones, conductas, valores, hábitos, etcétera) que facilitan la vinculación estrecha entre el equipo de salud y la población, en un esfuerzo conjunto para identificar y dar solución a los problemas de salud que aquejan a la segunda.

La psicología de la salud está enfocada en promover la salud y las conductas enfocadas a mejorar la calidad de vida de las personas, sin embargo, depende de cada individuo implementar y mantener dichos

comportamientos. Desde esta disciplina se han establecido diferentes modelos que permitan la explicación de los comportamientos de salud y la prevención de la enfermedad, los cuales abordaremos a continuación.

### **Modelo de Creencias en Salud**

El Modelo de Creencias en Salud MCS, está basado en la premisa que determinados comportamientos de los individuos son el resultado del conjunto de creencias y valoración internas que cada uno ha configurado ante una determinada situación. El MCS fue creado para explicar y predecir el comportamiento preventivo en la salud, el cual es el resultado de la interacción de ciertas creencias de la persona; en los últimos años este fundamento ha permitido explicar las respuestas a enfermedades diagnósticas y la adhesión a los tratamientos médicos requeridos (San Pedro, & Roales-Nieto, 2003).

Con base en lo anterior, San Pedro y Roales-Nieto (2003) mencionan que la hipótesis del MCS está basado en tres premisas, las cuales sí se presentan de manera simultánea pueden llegar a favorecer la adaptación de los patrones de conducta, estas son:

- La creencia -o percepción- de que un determinado problema es importante o suficientemente grave como para tenerlo en consideración,
- La creencia -o percepción- de que uno es vulnerable a ese problema
- La creencia -o percepción- de que la acción a tomar producirá un beneficio a un coste personal aceptable.

En efecto el MCS explica la probabilidad que posee una persona para adoptar y/o mantener una determinada conducta relacionada a prevenir

o controlar una enfermedad, esto entonces dependerá de elementos como el grado de motivación e información sobre el tema, la autopercepción de vulnerabilidad, percibir la condición como amenazante, considerar eficaz el tratamiento o intervención y la percepción de poca dificultad para desarrollar dicha conducta de salud (Ortiz & Ortiz, 2007).

Existen diferentes programas de promoción y prevención de la salud basados en estos planteamientos, al poder identificar las creencias que poseen las personas sobre la salud y control de la enfermedad, se puede llegar a establecer estrategias que permitan una mejor adherencia a los tratamientos médicos, así como el aprovechamiento de las acciones relacionadas con los hábitos saludables.

### **Modelo Ecológico**

Esta es solo una de las miradas que se pueden abordar desde la psicología de la salud, por otro lado, encontramos el Modelo Ecológico desarrollado por Bronfenbrenner, centrado en la importancia del estudio de los ambientes reales en que el ser humano se desarrolla. El postulado básico de este modelo es poder explicar cómo los ambientes naturales son la principal fuente de influencia en la conducta humana; el funcionamiento psicológico de las personas esta mediado por la interacción con el ambiente o entorno que lo rodee (Torrico, Santín, Villas, Menéndez & López, 2002).

Como lo explica Bronfenbrenner (1979) citado en Martínez, Robles, Utria & Amar (2014):

Este modelo concibe las interacciones en sistemas concéntricos, que afectan directa o indirectamente el desarrollo de las

personas: a) el microsistema, nivel más interno, contiene a la persona y sus relaciones interpersonales directas; b) el mesosistema, constituido por las interrelaciones de dos o más sistemas en que la persona (parientes, vecinos, amigos); c) el exo-sistema abarca los espacios cuyo influjo llega a los entornos propios de la persona (la escuela, el hospital, etc.); d) el macrosistema, que alude a la influencia de factores culturales y del momento histórico-social.

Las relaciones que establecen los seres humanos con cada una de las áreas o ámbitos que lo rodean, puede llegar a tener una afectación en el desarrollo personal, siendo este un proceso cambiante a lo largo del tiempo.

Desde la psicología de la salud estos modelos explicativos han permitido el desarrollo de acciones encaminadas a la promoción y prevención de la salud del ser humano, brindando gran importancia al entorno y a la salud mental comunitaria. Es aquí donde juega un papel importante el sistema de salud y las políticas públicas.

### **Políticas Públicas**

Antes de abordar el rol que cumple la psicología de la salud en este ámbito, debemos identificar primero a que se hace referencia cuando se habla de políticas públicas, las cuales se pueden identificar como programas o acciones creadas por el gobierno para dar solución a una problemática social específica. Toda política pública establecida ha sido creada con el objetivo de solucionar problemáticas de la comunidad,

buscando una mejoría en la calidad de vida de los ciudadanos (Vargas, 2012).

Van Meter y Van Horn (1975) citados en Vaquero (2007) plantean que:

La implementación de políticas abarca acciones de individuos o grupos públicos y privados que buscan el cumplimiento de los objetivos previamente decididos. Sus acciones son pequeños esfuerzos con el objeto de transformar las decisiones en principios operativos, así como esfuerzos prolongados para cumplir los cambios, pequeños o grandes, ordenados por las decisiones políticas.

### **Psicología de la salud y las políticas publicas**

Teniendo en cuenta lo anterior, desde los últimos años se ha evidenciado un rol activo por parte de los psicólogos en el proceso que implica la creación y establecimiento de políticas públicas, puesto que se encuentran inmersos desde el compromiso y entendimiento de la comunidad, hasta los movimientos sociales mediante las áreas de conocimiento de salud, educación y comunitaria, brindando información y bases sobre las verdaderas necesidades y/o problemáticas de las comunidades (Spink, 2009).

La afectación en la salud mental es una de las problemáticas más recurrentes dentro de las comunidades, a la cual no se le ha prestada la atención que requiere. Existe una inequidad en la prestación de los servicios de salud para los ciudadanos, no se cuentan con los recursos necesarios para el abordaje de diferentes problemáticas como lo son, el uso y abuso de sustancias toxicas, problemas relacionados al desarrollo

humano debido a la falta de condiciones de vida adecuadas, trastornos mentales, envejecimiento progresivo y altos niveles de violencia (De Lellis, 2010).

Adicional a esto, se puede llegar a presentar una falta de cumplimiento en lo que respecta a los derechos y garantías para el personal de salud encargado del abordaje de estas problemáticas; en el caso de los psicólogos podemos identificar que no todos los ciudadanos poseen acceso adecuado y con regularidad a sesiones terapéuticas.

Por consiguiente, las políticas públicas deben estar encaminadas a la creación de entornos saludables y de bienestar colectivo, donde también se garantice el acceso continuo a los servicios de salud, se aborde la prevalencia de las enfermedades prevenibles y se genere una concientización en la adopción de estilos de vida saludable que sean perdurables en el tiempo.

Así lo complementa De Lellis (2010) quien menciona que:

Las políticas públicas saludables fomentan la protección y el cuidado de bienes públicos que son considerados esenciales para el mantenimiento del bienestar y la calidad de vida de la población, tales como el consumo ecológicamente responsable, la creación de entornos afectivos que promuevan valores de reconocimiento, solidaridad y compromiso en el logro de metas ligadas al desarrollo humano.

Uno de los principales retos que poseen las políticas públicas en salud es la eliminación de barreras establecidas, como lo son la falta de conocimiento sobre las verdaderas necesidades de la comunidad, así como la eliminación de la estigmatización y la exclusión de determinados

grupos o colectivos ciudadanos en el sistema de salud, dentro de los que están inmersos las personas que poseen alguna adicción a sustancias psicoactivas.

De igual manera, para que una política pública tenga un efecto significativo debe estar centrada en los factores que determinan a la sociedad donde se quiere implementar, orientada en y para la comunidad garantizando que se presente una amplia participación ciudadana en la elaboración de dichos programas; adicionalmente donde se tenga un trabajo intersectorial e interdisciplinar, primando el respeto de las identidades.

Para garantizar la creación de políticas públicas enfocadas al bienestar comunitario, se requiere de la participación ciudadana, la cual se entiende como “el involucramiento de los individuos en el espacio público estatal y no estatal desde su identidad de ciudadanos, es decir, de integrantes de una comunidad política” (Martinez, 2019).

En Colombia las políticas públicas han estado orientadas en disminuir las brechas que existen en el diagnóstico, tratamiento y transformación de la realidad de las personas que poseen algún trastorno mental, sin embargo, aún falta mucho camino por recorrer en la eliminación de dichas barreras (Bernal & Bernal, 2018).

Para poder potencializar la importancia del abordaje de la salud mental, se puede iniciar con estrategias como, la promoción de la salud mental en todas las áreas del ser humano y a lo largo del ciclo vital, brindar un papel más activo de las instituciones prestadoras de salud y de educación para tratar las temáticas de salud y enfermedad mental, promover entornos laborales mentalmente sanos, mayor acceso a los servicios de salud

especializados por parte de las entidades prestadoras de salud, creación de programas orientados a la promoción de la salud tanto mental como física (Bernal & Bernal, 2018).

En efecto la psicología posee un gran reto desde la academia en crear bases encaminadas a desarrollar la participación ciudadana de los futuros profesionales de cada comunidad, donde sean los encargados de establecer procesos de cambio, primando el bienestar colectivo. Así como resaltando la importancia del abordaje de la salud mental a lo largo de la vida de las personas y en cada una de las áreas que se desenvuelven los seres humanos.

## BIBLIOGRAFIA

- Bernal, L. Á. R., Pérez, G. A. C., & Bernal, D. P. R. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. *Revista CES Medicina*, 32(2), 129-140.
- Cortés Pascual, A. (2004). La herencia de la teoría ecológica de Bronfenbrenner.
- De Lellis, M. (2010). Psicología y políticas públicas saludables. *Psiencia: Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 2(2), 102-106.
- Martínez, M. T. V. (2009). Participación ciudadana y políticas públicas. Eduardo Guerra, *Décimo Certamen de Ensayo Político*, 31-48.
- Martinez Gonzalez, M. B., Robles Haydar, C., Utria Utria, L., & Amar Amar, J. (2014). Legitimación de la violencia en la infancia: un abordaje desde el enfoque ecológico de Bronfenbrenner. *Psicología desde el Caribe*, 133-160.
- Mebarak, Moisés, & Castro, Alberto De, & Salamanca, María del Pilar, & Quintero, María Fernanda (2009). SALUD MENTAL: UN ABORDAJE DESDE LA PERSPECTIVA ACTUAL DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD. *Psicología desde el Caribe*, (23),83-112.[fecha de Consulta 30 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=213/21311917006>
- Oramas Viera, S. S. (2013). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental.

- Ortiz, M., & Ortiz, E. (2007). Psicología de la salud: Una clave para comprender el fenómeno de la adherencia terapéutica. *Revista médica de Chile*, 135(5), 647-652.
- Piña, J., & Rivera, B. (2006). Psicología de la salud: algunas reflexiones críticas sobre su qué y su para qué. *Universitas Psychologica*, 5(3), 669-679.
- San Pedro, E. M., & Roales-Nieto, J. G. (2003). El modelo de creencias de salud: revisión teórica, consideración crítica y propuesta alternativa. I: hacia un análisis funcional de las creencias en salud. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 3(1), 91-109.
- Soto Mas, Francisco, Lacoste Marín, Jesús A., Papenfuss, Richard L., & Gutiérrez León, Aida. (1997). El modelo de creencias de salud. Un enfoque teórico para la prevención del sida. *Revista Española de Salud Pública*, 71(4), 335-341. Recuperado en 01 de diciembre de 2020, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57271997000400002&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271997000400002&lng=es&tlng=es).
- Spink, P. (2009). Los psicólogos y las políticas públicas en América Latina: el big mac y los caballos de Troia. *Psicoperspectivas. Individuo y sociedad*, 8(2), 12-34.
- Torraco Linares, E., Santín Vilariño, C., Andrés Villas, M., Menéndez Álvarez-Dardet, S., & López López, M. (2002). El modelo ecológico de Bronfrenbrenner como marco teórico de la Psicooncología. *Anales de psicología*.

Vaquero, B. R. (2007). La implementación de políticas públicas. *Díkaion*, 21(16), 135-156.

Vargas, C. S. (2012). La definición de política pública. En: *Bien Comun*. México, 209, 47-52.