

PSICOLOGÍA APLICADA PARA INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS EN LA SALUD MENTAL

APPLIED PSYCHOLOGY FOR PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS IN MENTAL HEALTH

Padilla-Bermúdez Yuny Loreley ^{1*}; Cuello-Soto Verónica Del Rocío ²;

¹ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Facultad de Psicología. Manta – Ecuador.
Correo: yuny.padillab@gmail.com

² Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Facultad de Psicología. Manta – Ecuador.
Correo: veronica.cs89@hotmail.com

RESUMEN

El presente trabajo lleva una sistematización de resultados de revisión bibliográfica sobre la psicología aplicada que, si bien es una disciplina tremendamente amplia, se puede expresar que este concepto está referido a la vertiente práctica de la Psicología. A diferencia de la Psicología Aplicada, la Psicología en general no se ocupa necesariamente de la intervención, sino que estudia los procesos mentales y la conducta. La necesidad de la realización de esta investigación se basa en la problemática existente de diferentes malestares psicológicos presente en las personas, junto a esto la dificultad de asistencia profesional en el campo de la Psicología que da como consecuencia personas con desequilibrio en su salud en general, teniendo en cuenta que el individuo es un ente bio-psico-social y la alteración de alguno de sus medios en el que se desenvuelve se manifiesta en alteraciones en su salud mental. Mediante la revisión de literatura se puede obtener una apreciación general de la salud mental, contribuyendo de esta forma con información que pueda ser útil para los fines investigativos.

Palabras claves: Psicología aplicada, salud mental, conducta, procesos mentales.

ABSTRACT

The present work carries a systematization of bibliographic review results on applied psychology that, although it is a tremendously broad discipline, it can be expressed that this concept refers to the practical aspect of Psychology. Unlike Applied Psychology, Psychology in general does not necessarily deal with intervention, but rather studies mental processes and behavior. The need to carry out this research is based on the existing problem of different psychological discomforts present in people, together with the difficulty of professional assistance in the field of Psychology that results in people with imbalance in their health in general, taking into account that the individual is a bio-psycho-social entity and the alteration of any of his environments in which he develops is manifested in alterations in his mental health. Through the literature review, a general appreciation of mental health can be obtained, thus contributing with information that may be useful for research purposes.

Keywords: Applied psychology, mental health, behavior, mental processes.

1. INTRODUCCIÓN

En el Ecuador la Constitución de la República (2008) señala la importancia de la asistencia psicológica para garantizar estabilidad física y mental a la población. De igual manera en la Ley Orgánica de Salud constan artículos relacionados directamente con algunos tópicos de la salud mental y en el Plan Nacional para el Buen Vivir se inscriben de manera tácita aspectos relacionados a la promoción de la salud mental. (DESARROLLO, 2017)

La Salud Mental se define como un estado de armonía y equilibrio del ser humano, que le permite sentirse bien consigo mismo, realizarse en relación a sus creencias, interactuar de una manera consciente, coherente y respetuosa con su entorno cultural, social, natural y con “el otro”; desarrollar valores y suscitar condiciones éticas, para construir un proyecto de vida y desarrollarse como sujeto de derechos (MAIS, 2013). En este sentido, es más que la mera ausencia de trastornos mentales; e incluye bienestar subjetivo, autonomía, competencia y reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente. MAIS-MSP (2018)

El Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS), enfatiza en la importancia de intervenir en las condiciones de esta dimensión de la salud, y la incorporación de la Salud Mental Comunitaria en los planes de salud y la organización de los servicios, superando los Modelos: Curativo y Clínico Biológico que marcan aún el quehacer de los servicios psiquiátricos y de salud mental en el país.

La intervención psicológica formal no es sólo llevada a cabo por psicólogos clínicos, sino también por psiquiatras y, según los países, los trabajadores sociales, los consejeros religiosos, los consejeros matrimoniales y las enfermeras psiquiátricas. Por otra parte, no son sólo los profesionales los que brindan asistencia psicológica, sino que puede darse la participación de para profesionales más o menos entrenados (voluntarios, ex-pacientes, padres, maestros) bajo la supervisión de un profesional.

2. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA APLICADA

La Psicología Aplicada de acuerdo a Münsterberg (1914) consiste “principalmente en la utilización de los conocimientos conseguidos y los métodos desarrollados por la psicología básica, con el objetivo de resolver problemas cotidianos, hacer que los grupos de personas funcionen adecuadamente o aumente la calidad de vida”.

El trabajo de Münsterberg “era una fundamental referencia para la aplicación de los conocimientos psicológicos durante las siguientes décadas, en particular después de la Segunda Guerra Mundial y de la creación de la Asociación Internacional de Psicología Aplicada, cuando el gobierno estadounidense empezó a contratar psicólogos públicos para aumentar sus posibilidades de salir victorioso del conflicto. (Maslach & Jackson, 2011).

Si bien la Psicología Aplicada es una disciplina tremendamente amplia, podemos expresar que este concepto está referido a la vertiente práctica de la Psicología. A diferencia de la Psicología Aplicada, la Psicología en general no se ocupa necesariamente de la intervención, sino que estudia los procesos mentales y la conducta.

Está considerado que el principal precursor de la Psicología Aplicada fue el psicofisiólogo alemán Hugo Münsterberg. Tras estudiar con su compañero Wilhelm Wundt y fundar un laboratorio de Psicología en Freiburg, Münsterberg conoció a James William, que lo invitó a que trabajara en la universidad de Harvard. Y fue en los Estados Unidos donde obtuvo mayor reconocimiento y fama.

3. SALUD MENTAL E INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS

La salud mental es la capacidad para poder ser, y realizarnos como seres humanos, así enfrentarnos con los problemas, los conflictos, las dificultades, los avatares de la vida. Salud Mental sería la capacidad potencial de realizarnos en nuestra propia vida, y esta capacidad no nos es dada de una vez por todas, sino que debemos conquistarla permanentemente a través del ciclo vital. (Arranz P., Barbero J., Barreto P., Bayés R., 2003)

La Salud Mental debe estar presente en el clima institucional, que se refleja en las formas de convivencia y que sirve, de modelo formativo, durante la carrera, hasta el campo específico, que debe conocer el médico para estar capacitado para enseñar Salud Mental y transmitir conocimientos y habilidades para promover el desarrollo de la Salud Mental en los otros, en particular, en el enfermo y en el medio ambiente que lo rodea, especialmente su familia. (Harris Marvin, 2011)

La intervención psicológica consiste en la aplicación de principios y técnicas psicológicos por parte de un profesional acreditado con el fin de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, a reducir o superar estos, a prevenir la ocurrencia de los mismos y/o a mejorar las capacidades personales o relaciones de las personas aun en ausencia de problemas. Ejemplos: ayudar a una persona a reducir sus obsesiones, a una familia conflictiva a comunicarse mejor, a unos niños de un medio desfavorecido para prevenir el aumento de conductas agresivas incipientes, a adolescentes normales a mejorar sus habilidades de relación heterosexual. En general, los campos de aplicación de la intervención psicológica son muy variados: clínica y salud, educación, área laboral, programas comunitarios, deporte. (Maisto Albert A., 2005)

Algunos autores han añadido que, para poder hablar de terapia psicológica, esta debe estar basada en una teoría científica de la personalidad, de sus trastornos y de la modificación de estos, y debe presentar evaluaciones empíricas de sus efectos, positivos y negativos (Huber, citado en Bados, 2008). Esto es especialmente importante porque ya Parloff (citado en Bados, 2008) dijo: "No hay forma de psicoterapia que haya sido iniciada sin pregonar que tiene ventajas terapéuticas únicas. Pero ninguna forma de psicoterapia ha sido abandonada a causa de su fracaso en cumplir lo que pregona".

4. CONCLUSIONES

De acuerdo a la revisión bibliográfica realizada se considera de importancia a la Psicología Aplicada para intervención en personas con problemas de salud mental, con la finalidad de brindar asesoría, atención e intervención profesional

para mantener un equilibrio en la salud mental de la comunidad y contribuir con el buen vivir tanto del individuo y su colectivo.

La existencia de problemas de salud mental en la población es un serio peligro, siendo el estrés, depresión, trastornos de ansiedad los principales, además de otros como son los trastornos alimenticios, el duelo, las adicciones, y bipolaridad. Se recomienda elaborar planes de intervención preventivos dirigidos a la población en general para mejorar la calidad de vida mental y emocional de las personas que padecen problemas psicológicos.

REFERENCIAS

Arranz P, Barbero J, Barreto P, Bayés R. (2003). Intervención emocional en cuidados paliativos. Modelo y protocolos. Barcelona: Ariel. Obtenido de: <https://www.psicothema.com/pii?pii=1069>

Bados López, A. (2008). La intervención psicológica: características y modelos. Obtenido de: <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/4963>

Constitución de la República del Ecuador. (2008). Obtenido de: https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf

DESARROLLO, P. N. (2017). BUEN VIVIR. QUITO. Obtenido de: <https://www.gobiernoelectronico.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/09/Plan-Nacional-para-el-Buen-Vivir-2017-2021.pdf>

Harris Marvin. (2011). Teorías Naturales de la Mente, Inglaterra, Editorial Blackwell.

MAIS. (2013). MAIS. En MSP. Quito. Obtenido de: https://www.hgdc.gob.ec/images/DocumentosInstitucionales/Manual_MAIS-MSP12.12.12.pdf

Maisto Albert A. (2005). Psicología, Ortiz E., Duodécima Edición, México, Editorial PEARSON Educación. Obtenido de: <https://adultosmayores.unr.edu.ar/wp-content/uploads/2020/06/Bases-del-Sistema-Nervioso-Morris-y-Maisto.pdf>

Maslach, C., & Jackson, S. (2011). Burnout in Health Professions: a social Maslow Alfred, Motivación y Personalidad. España: Ediciones Díaz de Santos. Obtenido de:

[https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=8wPdj2Jzqg0C&oi=fnd&pg=PR13&dq=+Maslach,+C.,+%26+Jackson,+S.+\(2011\).+Burnout+in+Health+Professions:+a+social+Maslow+Alfred,+Motivaci%C3%B3n+y+Personalidad.+Espa%C3%B1a:+Ediciones+D%C3%ADaz+de+Santos.&ots=F0g-UtPnjl&sig=7ckIFcU7Q9XherLcCs7X1MHBSDg&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=8wPdj2Jzqg0C&oi=fnd&pg=PR13&dq=+Maslach,+C.,+%26+Jackson,+S.+(2011).+Burnout+in+Health+Professions:+a+social+Maslow+Alfred,+Motivaci%C3%B3n+y+Personalidad.+Espa%C3%B1a:+Ediciones+D%C3%ADaz+de+Santos.&ots=F0g-UtPnjl&sig=7ckIFcU7Q9XherLcCs7X1MHBSDg&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Maslach, C., Jackson, S.E. (2002). Burnout in Health Professions: a social Maslow Alfred, Motivación y Personalidad, España, Ediciones Díaz de Santos, 2011.

Münsterberg, H. (1914). Psychology and Industry (1998 ed.). Reino Unido: Psychology Press.