



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

Seminario multidisciplinario de los cuidados paliativos y tanatología para la atención de personas con periodo corto de vida y sus familias.

Distintas formas de pensamiento y afrontamiento ante la enfermedad.

Mtra. Ángeles Rodríguez Casillas.

ENTS - UNAM

Afrontamiento.



“La acción y efecto de afrontar”. Afrontar como poner cara a cara, hacer cara a un peligro, problema o situación comprometida”. ⁽¹⁾

...Una respuesta o conjunto de respuestas ante una situación estresante, ejecutadas para manejarla o neutralizarla.



Contenido.

- 1. Persona**
- 2. Diferentes necesidades**
- 3. Determinantes sociales**
- 4. Ejemplo afrontamiento**

1. Persona

PERSONA

PROCESO

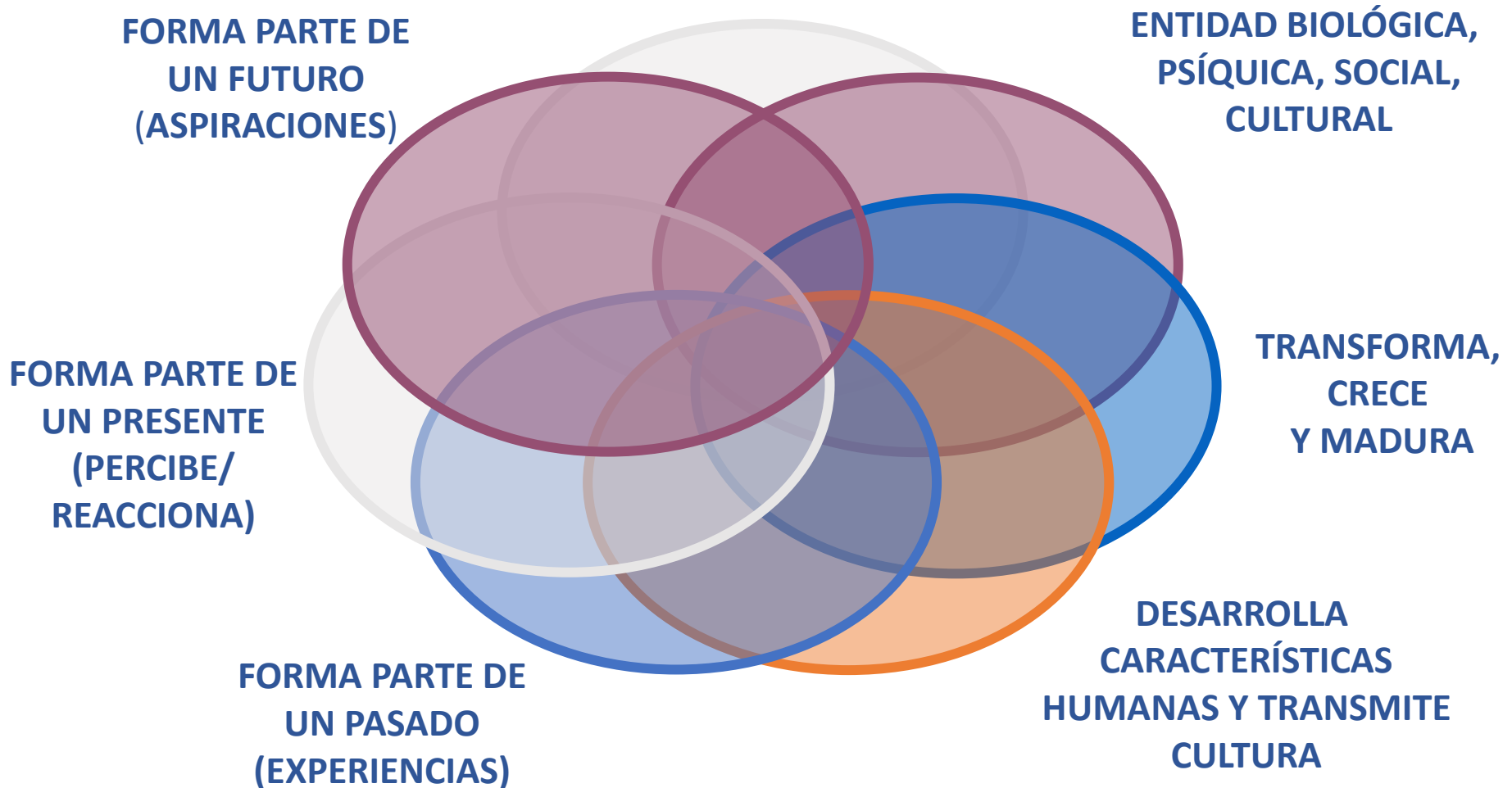


PROBLEMA

LUGAR

Configuración biopsicosociocultural

**LA PERSONA
"ES UN TODO"**



Motivaciones

Desde el principio mismo de su vida, la persona actúa para gratificar las necesidades que experimenta



Obstáculos



¿Cómo nos sentimos frente a una necesidad no satisfecha?

¿Cómo actuamos frente a una necesidad no satisfecha?

Personalidad

Conjunto de características que definen e identifican a una persona y establecen su diferencia con los demás.



Id

Comprende todo lo que se hereda y está presente al nacer.

Es la fuente de impulsos primitivos, deseos innatos, necesidades fisiológicas básicas tales como la sed, el hambre y el sexo.

Se presenta de forma “pura” en nuestro inconsciente.



Ego

Instancia psíquica que aparece como mediadora entre el id y el superego.

Concilia los intereses y conflictos id/superego.

Es el control consciente de la persona.

Trata de equilibrar las demandas impulsivas del id y las restricciones socioculturales del superego.



Fuerzas de la personalidad



Id:

Instincts



Ego:

Reality



Superego:

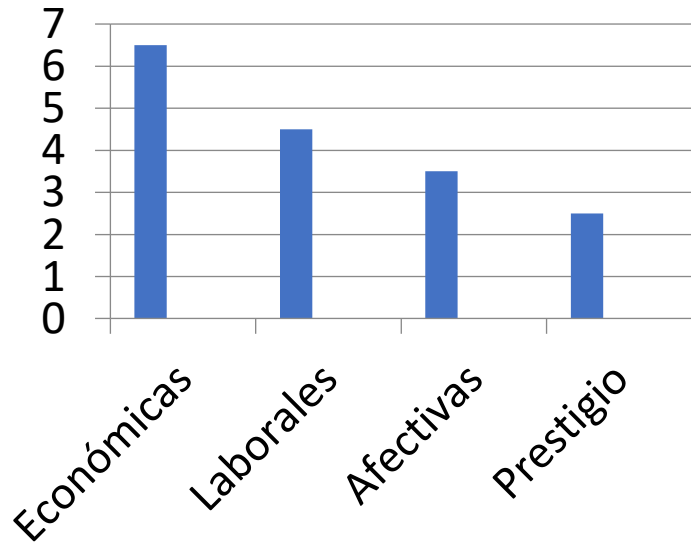
Morality

No es tarea nada fácil...

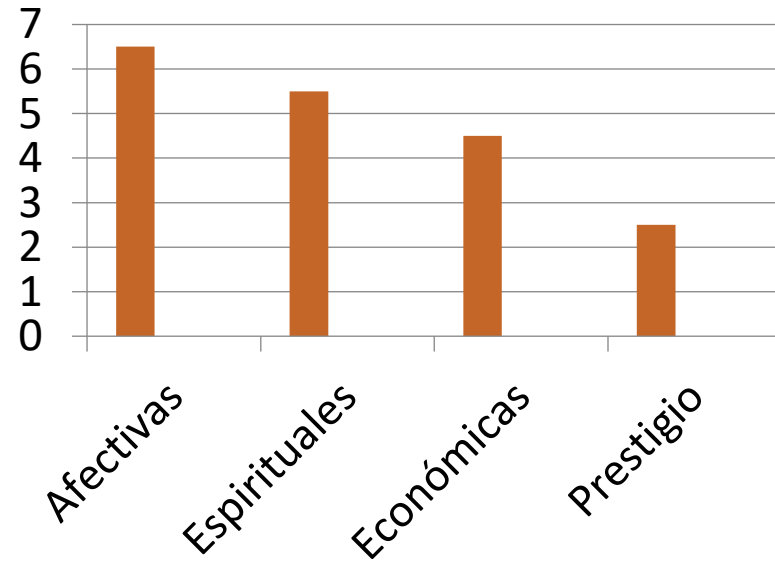
2. Diferentes necesidades



Isabel



María



3. Determinantes sociales



Bloqueos

1. Una persona puede comprender y valorar su problema correctamente, no encuentra o le faltan los recursos para resolverlo.
2. La persona no es capaz de resolver sus problemas por ignorancia o incomprensión de los hechos y del problema (así como de los medios para abordarlo).
3. Las energía físicas o emocionales de la persona están agotadas o empobrecidas.

Bloqueos

4. Presencia de sentimientos intensos en la persona. Emociones tan intensas que pueden llegar a subyugar la razón de quienes las experimentan. Gran dolor, tal ansiedad (Cegada por la ira, helada de miedo, deshecha por el dolor). Puede presentarse un trastorno emocional serio.
5. Distintas personas no logran resolver algún problema porque nunca han contado con hábitos sistemáticos o con un método ordenado de pensar y planear. Su vida está llena de episodios irrelacionados.

4. Ejemplo

5) APÉNDICE 1: OTROS CRITERIOS DE ACUERDO AL TIPO DE ESTUDIO

ESCALA DE AFECTIVIDAD POSITIVA Y NEGATIVA

(Wat y Cole, 1983)



ESCALA DE AFRONTAMIENTO

(Gabaldón y Cole, 1993)

No.	Items				
		Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi todo el tiempo
		1	2	3	4
1	¿Se ha sentido molesto por alguien?				
2	¿Se ha sentido muy solo o distante de la gente?				
3	¿Ha sentido que las cosas iban como usted quería?				
4	¿Se ha sentido muy preocupado?				
5	¿Se ha sentido contento por tener gente con la que contar o hacer algo?				
6	¿Ha tenido miedo de lo que pudiera suceder?				
7	¿Se ha sentido particularmente estimulado o interesado por algo?				
8	¿Se ha sentido deprimido o muy infeliz?				
9	¿Se ha sentido lleno de energía?				
10	¿Se ha sentido particularmente estimulado o interesado por algo?				
11	¿Se ha sentido usted muy nervioso, agobiado o tenso?				
12	¿Ha sentido que se estaba divirtiendo mucho?				
13	¿Se ha sentido muy alegre o feliz?				
14	¿Se ha sentido con ganas de llorar?				
15	¿Se ha sentido eufórico (muy contento, dichoso)?				
16	¿Se ha sentido seguro respecto al futuro?				
17	¿Se ha sentido aburrido?				
18	¿Se ha sentido contento o satisfecho por haber logrado algo?				

¿Se ha sentido particularmente estimulado o interesado por algo?

No.	Items					
		Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi todo el tiempo	Siempre
		1	2	3	4	5
1	Acepto la situación pues es inevitable.					
2	Deseo un milagro y ruego a Dios para que me ayude.					
3	Rechazo la idea que esta situación es grave.					
4	Algunas veces no hago lo que ya había previsto hacer.					
5	Analizo las circunstancias para saber que hacer.					
6	Bromeo y tomo las cosas a la ligera.					
7	Busco actividades para pensar en otra cosa.					
8	Busco información con personas que saben.					
9	Consulto sobre el problema con profesionales.					
10	Controlo en todo momento mis emociones.					
11	Hablo con mi familia para compartir emociones.					
12	Hago como que el peligro no existiera.					
13	Hago frente directamente a la situación.					
14	Hago modificaciones en mi entorno para evitar el desastre.					
15	Hago frente a esta situación.					
16	Me fijo objetivos y redoblo esfuerzos.					
17	Me paseo para distraerme.					
18	Participo mas en actividades de prevención.					
19	Reflexiono sobre las estrategias a utilizar.					
20	Sigo lo que hacen los demas.					
21	Tengo un plan preventivo y lo sigo.					
22	Trato de cambiar mis habitos de vida en función del problema.					
23	Trato de no pensar en el problema.					
24	Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos a seguir.					
25	Trato de no sentir nada.					
26						

Hablo con mi familia para compartir emociones

Ejemplo



Respuesta
ante el
hecho

Se que necesita más de mí.
Ya lo es estoy superando.
He llorado mucho, pero tengo fe y se que soy fuerte.
Tengo confianza en que se recuperará.

No supe qué hacer, fue muy sorpresivo.
No pude entenderlo, si ella era muy sana.
Me afectó mucho, desorganizó mi vida.
Me siento culpable.

Estrategias

Así es la vida, qué le vamos a hacer.
Apoyarlo con mis hijos
Busqué apoyo con la familia
Tengo que moverme para conseguir dinero para su tratamiento.
Organizarnos en la casa con los hijos.
Busqué apoyo con mis amigos.

No puedo dejar de trabajar, la cuidan mis hijos.
No puedo dejar mi trabajo, le pedí apoyo a su familia.
Si su familia quiere, yo la cuido, pero que ellos se encarguen de dar dinero a la casa.
Pedí que la pensionaran en su trabajo.
No puedo hacer nada.

Reflexión

Afrontar también significa la pérdida de su propia sensación de seguridad. Resta eficacia a la persona para el desempeño de sus papeles sociales.

Hay una “incapacidad” de la persona para reunir los medios necesarios para conseguir o mantener una situación de equilibrio o bienestar social.

Un problema puede ser percibido y comprendido por un observador. Difieren en calidad e intensidad.

Pero, además, es algo “sentido” por la persona que lo sufre y experimenta.

Resignificar la categoría de persona. Los medios que empleamos deben variar de una persona a otra.

Realizar nuestras intervenciones desde el enfoque holístico (DSS) para aproximarnos a la subjetividad de las personas.



dgapa

Dirección General de Asuntos
del Personal Académico

Gracias por su atención.

Mtra. Ángeles Rodríguez Casillas

angel_de_roca@yahoo.com.mx



Fuentes

Davison, Evelyn. (1968) Trabajo Social de Casos. Edit. Continental. México

Hamiltón, Gordon. (1960) Teoría y práctica del Trabajo Social de Casos. La Prensa Médica Mexicana. México.

Perlman, Helen. (1980) El Trabajo Social Individualizado, Ed. Rialp, Madrid, España.

Rodríguez, Ma. de los Angeles, Cruz, Norma. ¿Cómo entender los determinantes sociales en salud? en Dimensiones Sociales de la Salud (2018). Coordinadores Covarrubias, G. y cols. ENTS- UNAM. México.

Rodríguez-Marín, J., Pastor, M. Á., & López-Roig, S. (1993). Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad.