

## Reseña de libro

### Camacho, E. y Galán, S. (Eds.) (2014). *Alternativas psicológicas de intervención en problemas de salud*. México: El Manual Moderno

Dr. Bernardo Celso García Romero

Durante varios siglos el cuidado de nuestra salud se había regido bajo un modelo biomédico puro, en el que la enfermedad era el resultado de un fallo de alguna parte de nuestro cuerpo, como si se tratase de una máquina, y así mismo, como si el médico fuera un mecánico, era el responsable de reparar ese fallo. La enfermedad se veía como una cuestión exclusivamente bioquímica, omitiendo así la importancia de los factores tanto psicológicos y sociales, como culturales.

A partir de este modelo, es indiscutible el rol pasivo que el paciente que ha adquirido dentro de nuestra sociedad y que no favorece al correcto afrontamiento de su enfermedad, dificultando la adherencia de su tratamiento y a su pronta recuperación, de aquí la importancia de investigaciones y publicaciones dedicadas a devolverle el control y empoderarlo a través de estrategias como el autocuidado y la psicoeducación de hábitos y conductas dirigidas a la prevención y promoción de la salud (Coster y Norman, 2009).

En este sentido y para una intervención efectiva y adecuada, se busca que con un mayor autocuidado el paciente goce de una mayor satisfacción personal y con menor ansiedad durante el proceso de su enfermedad, así como, un menor coste y complicaciones para el éste, su familia y su entorno social.

Este libro, publicado por el Dr. Everardo José Camacho Gutiérrez y el Dr. Sergio Galán Cuevas, *Alternativas psicológicas de intervención en problemas de salud*, contempla una serie de temas que abarcan el estudio y problemáticas en relación con factores psicológicos que afectan nuestra salud.

Junto con sus colaboradores expertos en el tema, Camacho y Galán hacen una serie de propuestas para la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, considerando varios desafíos en la investigación e intervención en esta área.

El libro está presentado en quince capítulos separados en tres partes. La primera, dedicada a las *intervenciones rehabilitantes*, nos muestra la complejidad en la detección de necesidades psicológicas durante el proceso de una enfermedad, facilitando alternativas fisiológicas y psicológicas para el manejo del dolor crónico, la atención de la ansiedad en enfermedades como la diabetes y estrategias que buscan generar cam-

bios en el comportamiento que favorezcan la calidad de vida durante el transcurso de la enfermedad renal crónica.

La segunda parte del libro está compuesta por cinco investigaciones dedicadas a la *prevención de trastornos de la salud*. Esta parte del libro toma especial relevancia dentro de un contexto sociocultural, en el que el paciente, además de contar con muchas limitaciones culturales y socioeconómicas (Bonafant, 2012), suele esperar a enfermar y/o a soportar dolores extremos para acudir con un profesional de la salud y comenzar un proceso de tratamiento.

Nuestra población no está educada o acostumbrada a tomar medidas de prevención en su salud, acumulando en su vida diaria una serie de malos hábitos y conductas de riesgo que se suman a un bajo sentimiento de susceptibilidad a padecer una enfermedad, el resultado es un elevado costo en la salud y una baja adherencia en los tratamientos médicos, llegando a estados de salud crónicos irremisibles. De aquí que, las propuestas de los investigadores en esta parte del libro, están encaminadas a generar estrategias para la detección de conductas de riesgo e identificar indicadores de estrés para actuar de manera preventiva con el objetivo de disminuir el impacto negativo en nuestra salud.

La tercera parte del libro, nos presenta tres investigaciones enfocadas a la *promoción de la salud*, en las que se muestran las perspectivas actuales a nivel mundial de la salud pública desde distintos puntos de vista que influyen de forma positiva o negativa en los estilos de vida de nuestra población.

Estas prácticas de promoción, si bien en nuestra sociedad actual aún son complejas de incorporar en los hábitos de una población acostumbrada al consumo de lo más práctico, que no siempre es lo más saludable; por esto, es de vital importancia y relevancia trabajar con los sectores de la población más vulnerables, ya que niños, adolescentes y adultos mayores son los que están albergando las consecuencias del poco o mal cuidado de la salud. Los autores, nos exponen los beneficios de la actividad física, así como, sus consecuencias biopsicosociales; además, de la importancia de reconocer los factores resilientes en poblaciones adultas que favorezcan al bienestar social y a menores recaídas en su salud.

El libro de Camacho y Galán presenta un gran aporte a la visión actual de un modelo biopsicosocial en la atención del paciente enfermo y de su entorno, no sólo enfocándose en la intervención, sino en la promoción del autocuidado y preven-

---

Datos de contacto: Mail: [bernardocelso@iteso.mx](mailto:bernardocelso@iteso.mx)  
Teléfono: (0052) 3338006615. Dirección: Felix Mendelssohn  
5552, Col. La Estancia, Zapopan, Jal., México C.P. 45030.

ción de conductas y hábitos que ponen en riesgo nuestra salud desde una perspectiva interdisciplinaria.

Es una publicación dirigida no sólo a profesionales de la salud como psiquiatras, psicólogos, médicos, personal de enfermería, entre otros, sino también a un público concientizado por su bienestar, en el que cada investigación está enfocada en desarrollar teoría y a brindar resultados efectivos de problemáticas actuales que conciernen a todos los sectores de nuestra sociedad, ya que, si bien no es fácil remplazar creencias y hábitos por nuevos conocimientos y costumbres, es importante modificar la interpretación de la enfermedad y de la salud, y que se traduzca en comportamientos saludables (Marín, Cutilla, M., y Martínez, 2012).

## REFERENCIAS

- Bonal, R. (2012). La complejidad de la educación al paciente crónico en la Atención Primaria. *Revista Finlay*, 2(3), 146-157.
- Coster, S. & Norman, I. (2009). Cochrane reviews of educational and self-management interventions to guide nursing practice: A review. *International Journal of Nursing Studies*, 46, 508-528.
- Marín, R., Cutilla, M. & Martínez, M. (2012). *Burnout en el trabajo de enfermería y la promoción de comportamientos saludables*. Madrid. CAFARNAUM.