

I. Antecedentes Históricos

Varios autores coinciden en señalar que el término y la denominación de “psicología de la salud” como actividad singular, surge en el seno de la *American Psychological Association* (APA) como producto de una serie de sucesos.

- 1969, William Schofield publicó un artículo en la revista *American Psychologist* que precipitó de alguna manera el surgimiento organizado de lo que posteriormente se denominó Psicología de la salud. En este artículo Schofield afirmó que sólo el 9 por 100 de aproximadamente 4700 artículos publicados entre 1966 y 1967 de la *Psychological Abstracts* se referían a tópicos no incluidos tradicionalmente dentro del campo de la salud mental; es decir en ese período se habían publicado muy pocos artículos sobre temas de aplicación de la psicología al campo de la salud. En ese artículo el autor subraya la presencia “anémica” de la psicología en el campo de los servicios de salud, “en número y tecnología” frente al de otros profesionales sanitarios. Pero también se indicaba las posibilidades de que esa presencia llegara a ser “robusta”, y señalaba que esa dependía en muy buena parte de las decisiones y de los intereses de los propios psicólogos.
- A consecuencia de la publicación de este trabajo, la *American Psychological Association* organizó en 1973 un grupo de trabajo sobre investigación en salud, que fue coordinada por el propio Schofield. Las conclusiones a las que llegó el grupo luego del análisis de los *Psychological Abstracts* entre los años 1966 y 1973, fueron:
 - “hasta el presente, los psicólogos americanos no se han sentido muy atraídos por los problemas de la salud y la enfermedad como áreas fecundas para la actividad investigadora tanto básica como aplicada; estos psicólogos no han percibido los beneficios que entraña para su trabajo a la hora de conseguir mejoras en el mantenimiento de la salud, la prevención de la enfermedad y el sistema de prestación de cuidados”.
- En 1974 una encuesta puso de relieve que sólo 52 psicólogos se podían considerar como psicólogos de la salud.
- En verano de 1978, y tras una serie de reuniones coordinadas fundamentalmente por Stephen M. Weiss, Joseph D. Matarazzo y Gorge C. Stone, los miembros de la Sección, del Network y otros, elevaron una petición para alcanzar el estatus de División en la reunión que la APA celebró ese año en Toronto, aprobándose entonces la constitución de la División de Psicología de la Salud (División 38), cuyos objetivos fundamentales son los siguientes:
 1. Promover las contribuciones de la psicología como una disciplina interesada en la comprensión de la salud y la enfermedad a través de la investigación básica y clínica;
 2. Alentar la integración de la información biomédica acerca de la salud y la enfermedad con el conocimiento psicológico actual;
 3. Informar a la comunidad científica y profesional, así como al público general, de los principales resultados de la investigación y de las actividades y servicios en esta área.

4. Facilitar y promover la formación de profesionales y la creación de servicios especializados en psicología de la salud.
- En setiembre de 1979, Joseph Matarazzo se encarga de pronunciar el discurso presidencial de la División de la Psicología de la Salud en la reunión de la Asociación Americana de Psicología celebrada en Nueva York.
 - En ese mismo año (1979) Stone, Cohen y Adler editan el primer libro con el título de Psicología de la Salud.
 - En 1980, el número de psicólogos que aparecen dedicados a la aplicación de la psicología al campo de la salud/enfermedades físicas es de 1500, y en 1988 será ya de 3,500.
 - En enero de 1982 aparece el primer número de la revista de psicología de la salud (Health Psychology).
 - En 1983 tiene lugar la Primera Conferencia Norteamericana (que también fue la primera que se realizaba en todo el mundo) sobre la formación y entrenamiento de psicólogos de la salud, como consecuencia de la cual aparecen también, por primera vez, un conjunto de directrices para la formación de especialistas en Psicología de la Salud, y se desarrollarán programas de postgrado en este campo.
 - La Psicología de la Salud pronto tomó eco en América Latina: en Julio de 1983 se realiza el XIX Congreso de la Sociedad Interamericana de Psicología Celebrado en Quito, creándose un Grupo de Trabajo en Psicología de la Salud y Medicina Conductual.
 - En diciembre de 1984, auspiciado por la Sociedad Interamericana de Psicología, el Grupo Nacional de Psicología y la Sociedad Cubana de Psicología de la Salud del Ministerio de Salud Pública de Cuba, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), se celebró en la Habana el Primer Simposio Internacional de Psicología de la Salud. Los temas abordados fueron:
 1. Reproducción, sexualidad y papeles sexuales.
 2. Psicología y salud colectiva.
 3. Estrés y apoyo social.
 4. Atención psicológica a enfermos crónicos.
 5. Cuidados pre-natales.
 6. Adicción a drogas y alcohol.
 7. Patologías psicológicas y su dimensión social.
 8. Servicios de salud.
 - Cada día más, los psicólogos de la salud son requeridos por los servicios sanitarios. En EEUU el área en la que se ha empleado un mayor número de psicólogos ha sido en los centros médicos, en los que los psicólogos han llegado a convertirse en miembros de equipos sanitarios de intervención e investigación en rehabilitación, cardiología, pediatría, oncología, medicina familiar, odontología, etc.
 - En el Perú diversas Universidades entre ellas la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Universidad Nacional Federico Villarreal y la Universidad Femenina, han modificado sus programas de estudios de maestría, y la mención hoy denominada Psicología Clínica y de la Salud. Además diversas

Facultades y Escuelas de Psicología han incluido dentro del plan de formación el curso de Psicología de la Salud.

- La Universidad San Martín de Porres ha creado la segunda especialidad en Psicología de la Salud.

II. Definición de Psicología de la Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1964) define la salud como: "un estado de bienestar completo físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia". Esta definición subraya la naturaleza biopsicosocial de la salud y pone de manifiesto que la salud es más que la ausencia de enfermedad. El bienestar y la prevención son parte de nuestro sistema de valores y continuamente se nos invita a evitar aquellos hábitos que afecten negativamente sobre la salud como la dieta pobre, la falta de ejercicio y el consumo de alcohol.

Los pensamientos, sentimientos y estilo general de manejo son considerados como requisitos para lograr y mantener la salud física, es lo que podríamos denominar integración mente y cuerpo.

Resulta generalmente aceptado que el primer intento de definición formal de la psicología de la salud parece deberse a Matarazzo (1980), quien la considero como "el conjunto de contribuciones específicas educativas, científicas y profesionales de la disciplina de la psicología la promoción y el mantenimiento de la salud, la prevención y el tratamiento de la enfermedad y la identificación de los correlatos etiológicos y diagnósticos de la salud, la enfermedad y las disfunciones relacionadas".

Esta definición acabo por convertirse en la definición "oficial", de la División de la Psicología de la Salud de la *American Psychological Association* (APA), ya que en su reunión anual 1980, fue adoptada como tal con muy pocos cambios.

A partir de ese momento, se estableció como punto de arranque conceptual para señalar los objetivos, tratando de diferenciarlas de otras especialidades afines y complementarias. Así pues, ha habido otros intentos de definir la psicología de la salud que revisaremos a continuación.

- Gatchell y Baum (1983), lo define como disciplina relativa al papel primario de la psicología como ciencia y profesión en las áreas de la medicina conductual y salud conductual.
- Bloom (1988), estudio científico de la conducta, pensamientos, actitudes y creencias relacionados con la salud y la enfermedad.
- Sarafino (1990), Campo de la psicología introducido a finales de los 70 para examinar las causas de las enfermedades y estudiar vías para promover y mantener la salud, prevenir y tratar la enfermedad y mejorar el sistema sanitario.
- Carboles (1993), Campo de especialización de la Psicología que centra su interés en el ámbito de los problemas de la salud especialmente físicos u orgánicos, con la principal función de prevenir la ocurrencia de los mismos o de tratar o rehabilitar éstos en caso de que tengan lugar, utilizando para ello la metodología, los principios y los conocimientos de la actual psicología científica, sobre la base de que la conducta constituye, junto con las causas biológicas y sociales, los principales determinantes tanto de la salud como

de la mayor parte de las enfermedades y problemas humanos de la salud existentes en la actualidad. .

- Simón (1993), confluencia de las contribuciones específicas de las diversas parcelas del saber psicológico (psicología clínica, psicología básica, psicología social, psicobiología), tanto a la promoción y mantenimiento de la salud como a la prevención y tratamiento de la enfermedad.
- Marks (1995), la aplicación de la psicología a la salud, los problemas de la salud y cuidado de la salud para la promoción, mantenimiento y restauración de la misma.
- Taylor (1995), campo de la psicología dedicado al conocimiento de las influencias psicológicas en como la gente permanece sana, por qué enferman y como responden cuando están enfermos.

III. Delimitación Conceptual de la Psicología de la salud

Es de gran importancia para una especialidad reciente definir con claridad su objeto de estudio, a la vez que delimitar su área de actuación a nivel académico, investigador y profesional, de otras disciplinas, especialidades y campos de estudio con los que puedan encontrarse solapamientos totales o parciales, así como contradicciones.

En conclusión la psicología de la Salud necesita precisar su ubicación con respecto a la Psicología Clínica, medicina conductual, psicología comunitaria

1. Medicina comportamental:

Aparece a comienzos de los años 70, definida por su Conferencia Fundacional de Yale (1977) como el campo interdisciplinario referido al desarrollo e integración de los conocimientos y técnicas de las ciencias biomédicas y de la conducta relevantes para la salud y la enfermedad, y la aplicación de esos conocimientos y técnicas a la prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación. El término medicina comportamental se utiliza, por tanto, para referirse a un campo interdisciplinario de investigación, educación y práctica, referido a la salud/enfermedad física, que reúne elementos provenientes de la ciencia del comportamiento, tales como la psicología y la sociología, o la antropología, y de la educación sanitaria, pero también de la epidemiología, fisiología, farmacología, nutrición, neuroanatomía, endocrinología, inmunología, odontología, medicina interna, enfermería, trabajo social y salud pública entre otras, para colaborar en el cuidado de la salud y en el tratamiento y prevención de las enfermedades.

2. Psicología clínica:

Cuando se hace mención a la psicología clínica se entiende como el conjunto de actuaciones sobre sujetos que presentan problemas o trastornos psicológicos. Su principal característica será, pues, el establecimiento de una relación entre el psicólogo y su paciente con una dimensión de apoyo y ayuda, a través de los conocimientos y la actuación psicológica.

Para la *American Psychological Association* (APA) es la forma de la psicología aplicada que pretende determinar las capacidades y características de la conducta del individuo recurriendo a métodos de medición, análisis y observación, y que, con base en una integración de estos resultados con los datos obtenidos a través del

examen físico y de las historias sociales, ofrece sugerencias para la adecuada adaptación del sujeto.

Así, los supuestos teóricos que definen el trabajo en la clínica, los modelos explicativos de los trastornos abordados y las estrategias y objetivos de la intervención están relacionados con esta existencia de un paciente que demanda ayuda para afrontar su problema.

La psicología clínica se aplica al ámbito tradicional de intervención psicológica: los trastornos emocionales (ansiedad y depresión, principalmente). Es el campo tradicional de los trastornos psicológicos, que coincide con el psiquiátrico. Además, habría que incluir la intervención en otros problemas mentales, como la esquizofrenia, la rehabilitación de pacientes crónicos, etc.

Esta intervención clínica genuinamente psicológica se va ampliar

3. Psicología comunitaria:

Conceptualmente la psicología comunitaria debe entenderse destinada a la comprensión, explicación y solución de los problemas desde el punto de vista supraindividual (social comunitario), enfocando su actuación preferentemente, aunque no únicamente, en el cambio y la mejora del medio.

La psicología comunitaria surge como una alternativa a la psicología clínica, orientándose a la comprensión y resolución de ciertos problemas o patologías con un fuerte componente socioambiental (drogadicción, marginación, delincuencia, prostitución, etc.) en los que la mejor metodología, por la índole de los mismos, es el abordaje a niveles supraindividuales o comunitarios, siendo el objeto de su actuación la mejora de ambientes y recursos sociales y el aumento de las habilidades y competencias personales para mejorar el ajuste entre personas y ambientes y la calidad de vida en la comunidad.

4. Psicología de la salud:

Aparece como un área más específica que subraya el papel primario de la psicología como ciencia y como profesión en el campo de la medicina comportamental y que se definió como “el conjunto de contribuciones científicas, educativas y profesionales que las diferentes disciplinas psicológicas hacen a la promoción y mantenimiento de la salud, a la prevención y tratamiento de la especialidad, a la identificación de los correlatos etiológicos y diagnósticos de la salud, la enfermedad y las disfunciones relacionadas, a la mejora del sistema sanitario y a la formación de una política sanitaria”

Psicología
a
Clínica

Individuo
al
Tratamiento
Medicina
Conductual

Salud
mental
↕
Salud
física

Psicología
Comunitaria
a

Supraindividual
Prevención
Psicología
de la
Salud

5. Definición de ramas afines que estudian la salud

- Salud comportamental: un campo interdisciplinario que se localiza conductualmente promoviendo buenos hábitos de salud y previniendo la enfermedad entre los que actualmente gozan de buena salud.
- Medicina psicosomática: es una aproximación a la enfermedad que se basa en las hipótesis y observación de que los factores sociales y psicológicos juegan un papel en la predisposición, desencadenamiento y mantenimiento de muchas enfermedades.
- Psicología médica: Abarca todos los conocimientos de psicología útiles para el ejercicio de la medicina integral, particularmente los conocimientos sobre la personalidad del enfermo, la relación médico-enfermo, la personalidad del médico, el diagnóstico personal y comprensivo y los procedimientos de curación o psicoterapia.
- Psicofisiología experimental: su objeto de estudio son las bases fisiológicas de los procesos psicológicos.
- Sociología médica: la especialidad dentro de la sociología que estudia los aspectos sociales de la salud y la enfermedad.
- Antropología médica: la especialidad dentro de la antropología que estudia los aspectos culturales de la salud y la enfermedad.
- Medicina preventiva: se ocupa de impedir, en el individuo, familia o grupos de población, la aparición, desarrollo y prolongación de las enfermedades transmisibles y no transmisibles, manteniendo y promoviendo la salud, por el diagnóstico, tratamiento precoz y rehabilitación, así como evitando y limitando la invalidez que aquellos puedan ocasionar.
- Educación para la salud: un proceso cuyas dimensiones intelectual, psicológica y social se relacionan con actividades que incrementan las capacidades de las personas para tomar decisiones bien informadas que afectan a su bienestar personal, familiar y comunitario.