



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

# Psicología es clave en prevención y tratamiento de enfermedades

9 MAY 2011 Salud



El Dr. Sergio Galán Cuevas es profesor investigador de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México y ha centrado su investigación en temas de psicología y salud (foto Laura Rodríguez Rodríguez).

Muchos de **los padecimientos físicos de las personas son el resultado de conductas aprendidas**, por eso, una enfermedad no sólo debe abordarse desde la medicina, sino también desde el área psicológica. Esta fue la principal conclusión del coloquio Perspectiva de desarrollo de la psicología de la salud latinoamericana.

La actividad contó con la exposición del Dr. Sergio Galán Cuevas, profesor de psicología de la [Universidad Autónoma de San Luis Potosí](#), México, quien visitó recientemente la Escuela de Psicología de la Universidad de Costa Rica para compartir sus experiencias en docencia e investigación.

De acuerdo con el Dr. Galán, **el tratamiento que se le suele dar a los padecimientos físicos se basa en un modelo lineal de abordaje de la enfermedad**. Para explicar este modelo, citó la teoría de la historia natural de la enfermedad propuesta por los médicos estadounidenses Dr. Hugh Leavell y Dr. Guerney Clark, quienes definen que toda enfermedad empieza por un periodo prepatogénico. Una vez que se adquiere un padecimiento se entra en un periodo patogénico, el cual puede tener síntomas (periodo sintomático) o no tenerlos (periodo asintomático). Como resultado, una enfermedad puede llevar a la recuperación, la incapacidad, la cronicidad o la muerte.

El especialista explicó que **este modelo no es capaz de dar respuestas de manera integral al porqué de una enfermedad**, pese a que ha sido aceptado en la comunidad médica y suele usarse para el diagnóstico y tratamiento de males físicos. Para el Dr. Galán, el concepto de salud o enfermedad es tan complejo que no puede aislarse de factores sociales y cognitivos.

“El resultado de estar sano o estar enfermo, es algo muy sencillo: es resultado de cómo yo aprendo”, afirmó el Dr. Galán, quien expuso que muchas de las enfermedades son producto de el estilo de vida, hábitos, costumbres, creencias y actitudes de una persona, más allá de los factores genéticos.



Estudiantes de la Escuela de Psicología aprovecharon el coloquio con el Dr. Cuevas para compartir ideas y experiencias en el tratamiento de enfermedades y psicología (foto Laura Rodríguez).

Es aquí donde la psicología puede jugar un rol importante en la prevención de enfermedades. Por ejemplo, el experto mencionó que a través del Paradigma Pavloviano (el cual plantea que a todo estímulo hay una respuesta) e intervenciones psicológicas se

**puede modificar el ambiente y alterar las respuestas inmunológicas que tiene una persona hacia la enfermedad.** El Dr. Galán también planteó la tesis de que las enfermedades son producto del aprendizaje social, pues muchas personas heredan estilos de vida poco saludables que aprenden desde edades tempranas y pasan de generación en generación.

“Aprendemos unos de los otros y se pueden moldear las respuestas a las enfermedades”, dijo el especialista.

Desde el área de la psicología también **se pueden tratar las enfermedades a través del condicionamiento operante**, lo cual significa reforzar un comportamiento una vez que éste se presenta.

El psicólogo señaló que en la actualidad hay **importantes cambios demográficos que a la vez están provocando una “transición epidemiológica”**. Esto significa que en muchos países la población está tendiendo al envejecimiento, con lo cual aumenta la incidencia de enfermedades crónicas y degenerativas como la diabetes. Si bien aumenta la esperanza de vida, no se asegura la calidad de vida.

El Dr. Galán afirmó que **la medicina y la psicología deben trabajar de forma paralela y complementaria** para el tratamiento de enfermedades. El reto está en trabajar de manera conjunta y profunda, donde la enfermedad no se aborde con un modelo lineal. Por eso, no basta con que los sistemas de salud se limiten a dar información con fines preventivos, sino que deben tomar en cuenta diferentes factores sociales y cognitivos que influyen en el desarrollo y el tratamiento de un padecimiento.

“Necesitamos cambiar el modelo médico por un modelo más bio-psicosocial” dijo el especialista.

El Dr. Sergio Galán Cuevas visitó la Escuela de Psicología con el fin de compartir sus investigaciones en diferentes coloquios con profesores y estudiantes de la Universidad de Costa Rica.

[Anna Georgina Velasquez Vazquez](#)

Periodista Oficina de Divulgación e Información

[anna.velasquez@ucr.ac.cr](mailto:anna.velasquez@ucr.ac.cr)