

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA COMO INTERVENCIÓN DE ELECCIÓN ANTE LAS DEMANDAS DEL SISTEMA SANITARIO EN LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD

Matilde de la C. Molina Cintra
Centro de Estudios Demográficos, Cuba

Resumen

Se presentan las fortalezas de la Atención Primaria de Salud (APS) en el abordaje de la orientación psicológica. Se explica la integralidad de la atención teniendo en cuenta la posibilidad de trabajar con el individuo, la familia y la comunidad. Se exponen las principales demandas sanitarias individuales, grupales y comunitarias. Se explica el abordaje de estas demandas, como pueden ser la orientación psicológica ante las crisis del desarrollo y las crisis familiares. Se exponen también experiencias relacionadas con la atención a grupos de embarazadas, madres y padres de lactantes, y otras demandas sanitarias frecuentes. Se menciona la utilidad de la orientación psicológica en las intervenciones comunitarias como pueden ser en grupos de padres de escolares, grupos de adolescentes y grupos familiares.

Palabras claves: Orientación psicológica, Atención Primaria de Salud.

Abstract

The author present the strengths of the Primary Health Care (PHC) in the practice of psychological orientation. Guidance explains the comprehensive care considering the possibility of working with the individual, the family and sets out the main demands of communities. It explains the approach to these demands, such as psychological counseling to crisis development and family crises. The report also presents experiences with attention to groups of pregnant women, lactating mothers and fathers, and other common health complaints. It mentions the usefulness of counseling in community interventions such as parent groups of school children, adolescents and families.

Keywords: *Counseling Psychology, Primary Health Care.*

La psicología como ciencia contribuye en el sistema sanitario a mejorar el estado de salud de la población mediante la valoración y modificación de los aspectos psicosociales que intervienen en el proceso salud-enfermedad a través de acciones integrales y específicas dirigidas al individuo, la familia y la comunidad. La intervención psicológica constituye una de estas acciones y dentro de ella la orientación psicológica se encuentra entre los recursos más usados en este nivel de atención de salud.

¿Cuáles son las fortalezas de la atención primaria de salud que facilitan una relación de ayuda profesional desde una orientación psicológica individual y social?

Esencialmente: La intersectorialidad, la interdisciplinariedad, el énfasis en la promoción de

salud y la prevención del riesgo y la enfermedad, así como la relación individuo-familia-comunidad como un sistema son fortalezas que constituyen a su vez principios en los que se basa, se sustenta, la atención primaria de salud.

La comunidad, según plantea el Dr. Ordóñez (1987), "no debe considerarse solamente como un espacio geográfico con una población determinada, con los mismos ideales, hábitos y costumbres, sino, además, como un espacio social en el cual se incorpora el concepto de satisfacción de sus necesidades y de poder interno de ese grupo para tomar decisiones en la solución de sus problemas".

Desde la perspectiva de la psicología de la salud este concepto reconoce las potencialidades de la comunidad como ente activo en la

identificación y búsqueda de soluciones a sus propios problemas.

Es en la comunidad donde transcurre la vida de los individuos, se desarrolla el curso natural de su vida, desde su existencia prenatal hasta su muerte, atravesando todas las crisis de desarrollo, la modificación de sus estados de salud-enfermedad, en constante interrelación con su medio. Es por tanto el espacio donde las variables que inciden en este proceso se multiplican y hacen mucho más complejo su abordaje, fundamentalmente desde el punto de vista psicosocial. Se evidencia el desarrollo de la personalidad Durante todo el proceso ontogenético de los individuos y la influencia de la comunidad, los grupos, la familia y la escuela.

Si partimos de comprender que la salud es agenda de todos los sectores y no solo del sistema de salud, además es “completo” bienestar físico, psíquico y social, podemos entonces asumir que toda intervención debe estar avalada por el trabajo en equipos multidisciplinarios y multisectoriales para describir y analizar de conjunto la situación del proceso salud-enfermedad, identificar sus causas y establecer prioridades encaminadas a mejorar el estado de salud de la comunidad.

Desde la actuación profesional del psicólogo en la Atención Primaria de Salud varias son las posibilidades de intervención y uso de determinados recursos psicológicos, aquí abordaremos la orientación psicológica como una intervención de elección ante las demandas de los servicios y la población.

¿Cuáles son los supuestos teóricos de los que partimos en la práctica profesional para la orientación psicológica?

- Enfoque Histórico cultural

L. Vigotsky al desarrollar su teoría aportaba una concepción del hombre mucho más amplia, holística y con una visión de progreso social. El enfoque histórico cultural concede al individuo un papel activo y transformador en su desarrollo, aspecto fundamental para la orientación psicológica. Explica cómo la cultura y su interacción con el hombre pueden mediatizar los problemas cotidianos del hombre, su familia y la comunidad.

En la orientación psicológica partimos de las categorías de Desarrollo, Situación social del

desarrollo, Zona de desarrollo próximo y Vivencia, sustentadas estas en los principios y leyes de esta escuela, para comprender la dinámica del desarrollo, los recursos psicológicos en los cuales podemos apoyarnos, los contextos en los que se desarrollan los sujetos, la relación que se establece entre ellos que permiten el surgimientos de las vivencias en el individuo, y las potencialidades de su desarrollo.

- Concepción salutogénica en el abordaje del proceso salud-enfermedad

En este sentido los psicólogos de la salud basados en la conceptualización teórica y metodológica de la psicología de la salud cubana, que está siendo elaborada a partir de sus antecedentes y de la práctica profesional, buscamos alternativas y estrategias para llevar a cabo con la mayor calidad posible la atención psicológica, partiendo de un enfoque positivo del proceso salud-enfermedad y no centrándonos en este último. La propia naturaleza de la orientación psicológica y sus características demandan esta dimensión de análisis en su práctica.

- Método clínico

Partimos de comprender el método clínico como el método fundamental para el estudio del sujeto, por sus requerimientos de profundidad en los análisis, en el conocimiento del sujeto, por su dinámica y por las potencialidades en la evaluación y la intervención psicológica. Sin embargo, no utilizamos de manera absoluta este método pues en la práctica de la orientación psicológica grupal se hace necesario combinar su uso con el método epidemiológico y social.

- Orientación psicológica como relación de ayuda profesional personal y grupal

Como el Dr. Calviño (2000) plantea, la orientación psicológica es una relación de ayuda profesional personal; y a partir de nuestra experiencia de atención psicológica en la atención primaria de salud consideramos que también es posible llevarla a espacios psicológicos más amplios, por eso consideramos que puede ser también grupal.

Asumimos las particularidades de esta relación de ayuda psicológica profesional considerando que el profesional que interviene en la relación

es el psicólogo, el nivel de conocimiento, el tipo de problemas con los que trabaja son del orden de lo psicológico, y el tipo de cambio que se puede favorecer es primariamente del orden de lo psicológico, aunque puedan producirse otros cambios derivados, o colaterales que promuevan la facilitación de cambios incluso en el ambiente (Calviño, M., 2002).

Una vez analizados los presupuestos teóricos y metodológicos de partida en nuestro quehacer profesional expondremos algunas de las demandas al servicio de psicología en la atención primaria de salud. Estas pueden ser institucionales, comunitarias, familiares o individuales.

Las demandas comunitarias fundamentales son las escolares, y otros grupos poblacionales con necesidades específicas de atención. En el caso de los escolares, dada la interrelación de las escuelas con el área de salud cuando se identifican problemáticas en las que se precisa de ayuda psicológica profesional, esta se solicita. La orientación psicológica en estos espacios tiene un carácter grupal porque va dirigida a grupos de padres, maestros o escolares y otros grupos poblacionales según las necesidades.

Desde el nivel institucional el psicólogo se inserta en los grupos multidisciplinarios donde realiza funciones asistenciales priorizándose la orientación psicológica; mencionando algunos ejemplos: equipo multidisciplinario de atención geriátrica, el grupo de maternidad y paternidad responsable, el grupo de cuidados paliativos y el equipo de salud mental.

Desde el nivel familiar e individual se precisa de la evaluación e intervención psicológica, donde se realiza orientación psicológica y psicoterapia.

Los motivos de consulta donde predomina la demanda de orientación son:

- Crisis familiares
- Crisis en las etapas del desarrollo
- Dificultades escolares
- Problemas en la elección y toma de decisiones relacionadas con la profesión, la relación de pareja

- Funcionamiento familiar: percepción de carga doméstica y distribución de roles
- Problemas de la vida cotidiana

La familia ocupa un rol importante en las crisis del desarrollo psicológico pues es componente esencial del sistema de comunicación de los individuos. La familia es el espacio natural donde transcurre el desarrollo.

En su proceso de desarrollo, la familia pasa por diferentes etapas según su ciclo vital. Estas son la etapa de Formación, Extensión, Contracción y Disolución. Según los acontecimientos que se producen en el ciclo vital tienen lugar las crisis familiares que según su naturaleza pueden ser Normativas (transitorias) o Paranormativas (no transitorias).

Los procesos relacionados con el desarrollo de niños y adolescentes constituyen como planteamos uno de los principales motivos de consulta para el psicólogo de la atención primaria de salud. Estos se producen en la etapa de extensión del ciclo vital de la familia, a lo que dedicaremos un espacio.

Cada etapa del desarrollo familiar tiene tareas que debe cumplir y asumir de manera que haya un desarrollo armónico familiar.

Entre las nuevas tareas que tiene una familia ya formada, en etapa de extensión se encuentran:

- Aprendizaje del rol de padre y madre
- Ajuste al doble rol esposo/padre, esposa/madre
- Cambio en las reglas de relación
- Crianza y educación de la descendencia
- Ajuste a instituciones infantiles
- Planificación concepcional
- Cambio de rol frente a la adolescencia

Cuando estas tareas no son asumidas por la familia o lo son de una manera distorsionada o discordante se producen problemas que pueden generar crisis familiares.

Entre estos problemas están:

- Dificultad en la delimitación de roles y funciones entre los padres, con los hijos y abuelos

- Dificultad en el desempeño del rol de padre/madre con más de un hijo
- Tratamiento de los problemas a través del hijo
- Afrontamiento inadecuado a las regularidades del desarrollo y enfermedades de la infancia
- Manejo inadecuado de posibles celos fraternos

Los eventos vitales que pueden generar crisis familiares normativas o transitorias en la etapa de extensión son el nacimiento de un hijo, la entrada de los hijos a instituciones educativas y las crisis del desarrollo de niños y adolescentes.

Como eventos accidentales que se producen en esta etapa del ciclo vital de la familia pueden encontrarse el divorcio, la muerte de un hijo, o el abandono, lo que genera crisis no esperadas por la familia, no transitorias, desencadenando estados emocionales negativos para la familia y sus miembros por lo que solicitan en muchos casos ayuda psicológica.

Cuando se producen estos acontecimientos esperados o no por la familia se producen las crisis como hemos explicado. Las crisis se originan por la contradicción entre la organización familiar y las exigencias que demanda el evento ocurrido y las pocas posibilidades y recursos que tiene la familia en ese momento para afrontar tal acontecimiento, lo que demanda la potenciación de los recursos familiares y la reestructuración de las vivencias de sus miembros.

En las familias con crisis del desarrollo, el cambio hacia un afrontamiento positivo estará determinado por los recursos positivos de la familia, la capacidad de reestructuración, y la capacidad de comprender, en un espacio breve de tiempo, en el transcurso de la ocurrencia de los acontecimientos, si es necesaria la ayuda profesional. No en todos los casos las familias necesitan de ayuda psicológica para el manejo adecuado de las crisis.

Cuando es necesaria la intervención psicológica, además de los aspectos antes mencionados es imprescindible la experiencia del profesional de ayuda psicológica, el orientador, para

potenciar los recursos familiares que pueden ser desarrollados.

Con la orientación psicológica se produce un cambio y la familia se incorpora produciéndose un proceso de aceptación a la nueva situación, se recupera el equilibrio, se evidencian signos de salud y bienestar familiar lo que se expresa positivamente en sus miembros.

Cuando estos cambios no se producen se necesita de otros recursos psicológicos propios de la psicoterapia, pues se producen procesos patológicos en la familia que la anclan a la disfunción familiar, al descontrol de la enfermedad o al trastorno psicológico de algunos de sus miembros.

Analizaremos cómo puede contribuir, desde nuestra experiencia, la orientación psicológica al manejo de las crisis de las etapas de la niñez y la juventud (tres años, siete años y adolescencia).

Desde la orientación psicológica ¿cuáles son los tipos de instrumentos más utilizados?

- *Instrumentos de información:* Su centro es el manejo de la información. Con la información se intenta corregir un error que viene por el déficit informativo. Se pide y se ofrece información. Se ha constatado que las dificultades fundamentales que se producen en la familia en las etapas de crisis del desarrollo de sus miembros están dadas por el pobre conocimiento de los propios protagonistas de la crisis y su familia, sobre las características de la edad y las pocas habilidades y recursos de la familia para manejar adecuadamente las situaciones que se presentan.
- *Instrumentos de influencia:* Favorecen un cambio inmediato, directo. Se brinda apoyo y se trabaja la persuasión. Los estados emocionales que se producen en las crisis de inseguridad e incertidumbre pueden ser modificados propiciando con estos instrumentos estabilidad, seguridad, respaldo, simpatía, y se acciona además el sistema reflexivo del orientando utilizando la razón, demostrando la existencia de recursos personales para el afrontamiento adecuado y positivo a las manifestaciones de las crisis que siempre implican cambios a niveles su-

periores del desarrollo cuando son manejadas adecuadamente.

- *Instrumentos de elaboración:* Favorece un nuevo conocimiento de la realidad subjetiva del orientando. Interpreta y construye, reorganizando sentimientos y conductas. Este instrumento es de mucha utilidad para los períodos de crisis del desarrollo pues implica cambios y surgimientos de adquisiciones psicológicas y neoformaciones que distinguen las etapas, para lo que se hace necesario conocerse a sí y conocer al otro, interpretando nuevas vivencias, en un continuo proceso de aprendizaje y desaprendizaje.
- *Instrumentos de apoyo ambiental:* Utilización de redes de apoyo y recursos e instalaciones de la comunidad. Una de las fortalezas de la atención primaria de salud es el uso de los recursos comunitarios, pues existe la posibilidad de contar en un área física limitada con las redes de apoyo fundamentales: la familia, la escuela, el grupo de amigos y los profesionales de la salud. A esto se une en nuestro caso la posibilidad de contar con la Biblioteca Nacional, museo, espacios libres para la práctica del deporte, para el intercambio con las familias e hijos en contacto con la naturaleza, lo que posibilita el desarrollo de la permeabilidad familiar a través del intercambio de experiencias.

En las crisis del desarrollo la orientación psicológica cumple funciones educativa y de crecimiento

- *Educativa:* se obtienen los máximos beneficios de las posibilidades personales, descubrir el potencial personal, se trabaja en la zona de desarrollo potencial de niños, adolescentes y padres.
- *Crecimiento:* se elaboran nuevas capacidades y estilos educativos y de afrontamiento a las situaciones de la vida.

En la atención primaria de salud se realizan diferentes intervenciones grupales multidisciplinarias entre la que se encuentran las educativas donde la herramienta fundamental del psicólogo es la orientación psicológica. Entre estas intervenciones encontramos:

- Escuelas de padres

- Grupos de orientación (para diferentes grupos poblacionales según necesidades específicas)
- Grupos de niños para la estimulación del desarrollo de determinadas habilidades, y capacidades
- Grupos o círculos de adolescentes
- Grupos de embarazadas

La función de la orientación psicológica en estos espacios de actuación profesional es en lo esencial preventiva, porque se trabaja sobre la prevención de los riesgos y se anticipa la visualización de posibles dificultades que puedan aparecer, se crean las condiciones para que no ocurran o para que se afronten de manera adecuada.

Las necesidades fundamentales y temas trabajados con estos grupos son el autocuidado de la salud, el autoconocimiento y la socialización en la adolescencia; la maternidad y paternidad responsable en embarazadas y esposos; estimulación del desarrollo psicomotor del lactante en grupos de padres.

La orientación psicológica es una intervención que posibilita al psicólogo de la atención primaria de salud amplias posibilidades de actuación desde sus diferentes escenarios y problemáticas, que debe ser integrada a otros recursos propios de la psicología y que distingue nuestra práctica de otras profesiones.

Hasta aquí hemos compartido una experiencia de trabajo que basada en un conocimiento adquirido es posible aún de enriquecer, pues no es acabado y completo, es susceptible a dudas, cuestionamientos, también apoyo y coincidencias, ¿por qué no?. De todas maneras compartir experiencias para el aprendizaje desde la discusión de estas ideas ha sido nuestro objetivo central.

Bibliografía

- Calviño, M. (2002). *Orientación Psicológica. Esquema Referencial de Alternativa Múltiple*. (2da. ed.), La Habana: Ciencia y Técnica.
- Domínguez, L (2007). *Psicología del Desarrollo. Problemas, principios y categorías*. La Habana: Félix Varela.
- Infante, O. (2009). "Salud familiar". Documento inédito.

Louro, I. y otros (2004). *Manual de intervención familiar para la APS*. La Habana: Ciencias Médicas.

Molina, M., Rodríguez, O. (2006). "Desarrollo psicológico de niños y adolescentes". En *Salud Mental Infanto-*

Juvenil, Rodríguez O... [y otros]. (2da. ed.), La Habana: Ciencias Médicas.

Ordoñez, C. (1987). *La Psicología de la Salud en la Atención Primaria*. La Habana: Palacio de las Convenciones.