



CUIDADOS, ASPECTOS PSICOLÓGICOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN RELACIÓN CON LA SALUD **VOLUMEN V**

Comps.

María del Carmen Pérez-Fuentes

María del Mar Molero

José Jesús Gázquez

María del Mar Simón

África Martos

Ana Belén Barragán

Nieves Fátima Oropesa

Edita: ASUNIVEP



**Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física
en relación con la salud
Volumen V**

Comps.

María del Carmen Pérez-Fuentes

María del Mar Molero

José Jesús Gázquez

María del Mar Simón

África Martos

Ana Belén Barragán

Nieves Fátima Oropesa

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud. Volumen V”, son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar, así como los referentes a su investigación.

Edita: ASUNIVEP

ISBN: 978-84-09-14031-2

Depósito Legal: AL 2007-2019

Imprime: Artes Gráficas Salvador

Distribuye: ASUNIVEP

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

EJERCICIO FÍSICO Y FISIOTERAPIA

CAPÍTULO 1

Revisión del papel de los ejercicios de tipo excéntrico en la prevención de lesiones de musculatura isquiotibial

Ana Isabel Murillo Rodríguez, José María Macías Palomares, Gerardo Sánchez Moreno, y José Ramón Castillo León 15

CAPÍTULO 2

Dolor, actividad física y ejercicio terapéutico

María del Rosario Muñiz Martínez, Magdalena Dos Santos Moreno, y María Teresa Torres Benito 19

CAPÍTULO 3

Actividad física en pacientes con trastorno por consumo de alcohol

Patricia Cuendias Fernández y Verónica Calabozo Rodríguez 27

CAPÍTULO 4

Efectos del entrenamiento con cargas sobre la presión arterial en personas sanas, pre-hipertensas e hipertensas mayores de 30 años

Javier Abril Vela y Agustín Aibar Almazán 33

CAPÍTULO 5

Recuperación funcional de lesiones deportivas mediante fisioterapia en medio acuático

Carolina Pérez Pérez y Aldara Leal Alonso 41

CAPÍTULO 6

Los beneficios del deporte en la salud

Susana Fernández Suárez, Rocío González García, y Carolina González García 47

CAPÍTULO 7

Prescripción enfermera de ejercicio físico en pacientes en tratamiento con hemodiálisis, beneficios psicológicos: Una revisión sistemática

Carmen Camacho Hidalgo, Luz Viviana Díaz Burga, y Juan Antonio García Macía 53

CAPÍTULO 8

Beneficios de la fisioterapia por medio del ejercicio terapéutico en personas con esquizofrenia

Sandra Manzano Aguilera, Francisca Rodríguez Céspedes, y Patricia Cuenca Zaya 61

CAPÍTULO 9

Intervención de fisioterapia en pacientes hospitalizados con exacerbación aguda de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica: ensayo clínico aleatorizado

Laura López López, Esther Prados Román, Janet Rodríguez-Torres, María Granados Santiago, Ramón Romero Fernández, y Marie Carmen Valenza 67

ENFERMEDAD Y DIAGNÓSTICO

CAPÍTULO 10

Mindfulness en la rehabilitación de esclerosis múltiple

Aldara Leal Alonso y Carolina Pérez Pérez 77

CAPÍTULO 11

Diagnóstico de laboratorio de la insuficiencia cardíaca en trasudados

Esperanza Lepe Balsalobre y Ricardo Rubio Sánchez 83

CAPÍTULO 12

El aislamiento estricto ante enfermedades infecciosas

Patricia García González, María del Pilar García González, Cristina Pérez Pérez, Rocío González García, Susana Fernández Suárez, y Carolina González García..... 87

CAPÍTULO 13

Infeción nosocomial en los centros hospitalarios

Susana Fernández Suárez, Rocío González García, y Carolina González García 93

CAPÍTULO 14

El cáncer y el apoyo psicológico al paciente oncológico y terminal

Rocío González García, Cristina Pérez Pérez, y Carolina González García..... 101

CAPÍTULO 15

Programa de entrenamiento metacognitivo para pacientes con trastorno mental grave

Gemma Cordero Giménez, Laura Quijada Ruiz, Marta Mota Rivas, Amaya Carceller Tejedor, David José Romera Morales, María Burillo Gonzalvo, Sonia Salvador Coscujuela, Marina García Rapún, Marina Romance Aladren, y Remedios Labar Silva..... 107

CAPÍTULO 16

Tumores de partes blandas en el pie: Diagnóstico por imagen

María Piedra Carrio, María Josefa Fernández Rosal, Ana Belén Díaz Álvarez, y María del Castillo González..... 115

PEDIATRÍA Y OBSTETRICIA

CAPÍTULO 17

La experiencia de madres de recién nacidos prematuros que tienen que ser ingresados en una unidad neonatal: Revisión de la literatura

Judith Pejenaute Cerdán, Beatriz Furtado Eraso, Itsaso Elizalde Beiras, María Luisa Itoiz Burguete, Jaione Fernández García, María Soledad Luquín Hermoso de Mendoza, Leticia Ruiz Beortegui, Leyre Oroz Lacunza, Alicia Hernández Saro, y Sara Furtado Eraso..... 123

CAPÍTULO 18

Ejercicio físico durante el embarazo y el periodo postparto

María de las Flores Vera Márquez, Lorena Márquez Racero, y Laura Benítez Jiménez 129

CAPÍTULO 19

Revisión Narrativa: Embarazo en adolescencia y calidad de vida

Nadia Carolina Reina Gamba, María Inés Mantilla Pastrana, Alba Yaneth Ramos Álvarez, y Diana Marcela Cruz Pulido 137

CAPÍTULO 20

Actividad antibiótica en orina de pacientes pediátricos y su influencia en el urocultivo

Ricardo Rubio Sánchez y Esperanza Lepe Balsalobre 147

CAPÍTULO 21

La incidencia del asma en pediatría

Ana Belén Díaz Álvarez, María del Castillo González, María Piedra Carrio, y María Josefa Fernández Rosal 153

PROFESIONAL SANITARIO

CAPÍTULO 22

Cuidados de enfermería en los trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos

Marina Rodríguez González, Iria Santos Paniagua, Victoria Robles Fernández, y Salomé Riquelme Moreno 161

CAPÍTULO 23

El papel del médico de atención primaria ante el paciente con patología mental grave

Juan Manuel Ignacio Expósito, Noelia Carrillo Peñas, y Javier Benítez Rivero 169

CAPÍTULO 24

El técnico auxiliar de enfermería frente a las úlceras de presión

Cristina Pérez Pérez, Patricia García González, María del Pilar García González, Carolina González García, Rocío González García, y Susana Fernández Suárez 179

CAPÍTULO 25

Proyecto de una intervención psicológica en los pacientes ingresados en la unidad de grandes quemados de Zaragoza

Cristina Soler González, Gemma Cordero Giménez, Laura Quijada Ruiz, Marta Mota Rivas, Amaya Carceller Tejedor, David José Romera Morales María Burillo Gonzalvo, Sonia Salvador Coscujuela, Marina García Rapún, y Marina Romance Aladren 187

CAPÍTULO 26

Enfermería como protagonista principal de la educación sanitaria del paciente ostomizado

José Carlos Colmenero Moral, Francisco Javier Galán Carrillo, y Rosel Martínez Ferreiro 193

SALUD PÚBLICA

CAPÍTULO 27

Nivel de depresión en estudiantes universitarios de Morelia Michoacán

Guadalupe Ortiz Mendoza, José Luis Cira Huape, Mayra Itzel Huerta Baltazar, Gloria Correa Vieyra, Guadalupe Eréndira Montoya Ramírez, Ma Lilia Alicia Alcantar Zavala, Myrna Ruth Cadena Mejía, y Aida Mejía Sánchez 203

CAPÍTULO 28

La comunicación en el ámbito sanitario

Carmen María España Cortés, Araceli España Cortés, Cecilia Neila Blanco, y Pablo Valdés Palacios 211

CAPÍTULO 29

Intervención psicológica en Atención Primaria

Laura Calvera Fandos, Cristina Soler González, Gemma Cordero Giménez, Laura Quijada Ruiz, Marta Mota Rivas, Amaya Carceller Tejedor, David José Romera Morales, María Burillo Gonzalvo, Sonia Salvador Coscujuela, y Marina García Rapún 219

CAPÍTULO 30

La contención mecánica en el ámbito hospitalario

María del Pilar García González, Cristina Pérez Pérez, Patricia García González, Susana Fernández Suárez, Carolina González García, y Rocío González García 227

CAPÍTULO 31

Estudio sobre la resolución de conflictos en el mundo laboral

María José Díaz Viciosa y Paulino Alonso José 233

CAPÍTULO 32

Tipos de incontinencia urinaria: cómo prevenirla y tratarla

María del Pilar García González, Susana Fernández Suárez, Carolina González García, y Rocío González García 239

CAPÍTULO 33

Estudio de las medidas de prevención ante posibles caídas de personas ingresadas en hospitales y el papel del Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería

Rocío González García, Carolina González García, y Susana Fernández Suárez 245

CAPÍTULO 34

El papel de la enfermería en los cuidados paliativos

Patricia García González, María del Pilar García González, Carolina González García, y Rocío González García251

CAPÍTULO 35

Proyecto de intervención grupal basado en la terapia cognitivo conductual (TCC) para el insomnio en Atención Primaria

Laura Quijada Ruiz, Marta Mota Rivas, Amaya Carceller Tejedor, David José Romera Morales, María Burillo Gonzalvo, Sonia Salvador Coscujuela, Marina García Rapún, Marina Romance Aladren, Remedios Labar Silva, y Laura Calvera Fandos.....257

CAPÍTULO 36

La formación sociosanitaria de los cuidadores formales a través del cine

María Aranzazu Carrasco Temiño y Delia Arroyo Resino265

CAPÍTULO 37

Estrategias para control de la miopía, la epidemia del siglo XXI

María Alarcón Tomas, Mónica Hijos Gastón, Marta Sánchez-Dehesa Sáez, Iulia Oana Pana, y Simón Quijada Angeli.....271

CAPÍTULO 38

Riesgo psicosocial relacionado con desordenes musculoesqueléticos (DME) en optómetras, asesores de óptica y biseladores Villavicencio II periodo 2017

Aanh Eduardo Dimate García, Mery González Delgado, Edgardo Muñoz Beltrán, y Javier Isidro Rodríguez López279

CAPÍTULO 39

Factores psicosociales en trabajadores operativos de una empresa del sector industrial en Barranquilla-Colombia

Martha Mendinueta Martínez y Raúl Polo Gallardo285

CAPÍTULO 40

Anticoncepción de larga duración: anticoncepción intrauterina

Lorena Márquez Racero, Laura Benítez Jiménez, y María de las Flores Vera Márquez293

CAPÍTULO 41

Análisis de la relación entre tiempo libre y satisfacción vital en la adolescencia

Nieves Fátima Oropesa Ruiz, , María del Carmen Pérez-Fuentes, María del Mar Molero Jurado, Ana Belén Barragán Martín, María del Mar Simón Márquez, África Martos Martínez, José Gabriel Soriano Sánchez, Maria Sisto, y José Jesús Gázquez Linares ..299

CAPÍTULO 42

Conceptualización de resiliencia y su aplicabilidad teórica psicosocial

Ana Belén Barragán Martín, África Martos Martínez, María del Mar Simón Márquez, José Gabriel Soriano Sánchez, María del Carmen Pérez-Fuentes, María del Mar Molero Jurado, Nieves Fátima Oropesa Ruiz, María Sisto, y José Jesús Gázquez Linares 305

SALUD Y ENVEJECIMIENTO

CAPÍTULO 43

Factores de riesgo y complicaciones asociadas a la demencia

María Dolores Barbón Fuente, Manuela González González, Desirée Prada González, Verónica Menéndez Santiago, Felisa Corredoira Mon, María de Las Nieves Jiménez Santos, Margarita Magdalena Suárez Iglesias, Covadonga Vega Aguirre, y Tetyana Semenova 315

CAPÍTULO 44

Adulto mayor ante el duelo

Ana Silvia Fernández García, Pilar Ardura Rodríguez, María del Mar Sánchez Blanco, Griselda Riva Martínez, María Belén Blanco Villanueva, y María Sama Fernández.... 321

CAPÍTULO 45

Efectos del Síndrome Burnout en el personal Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería en instituciones geriátricas

Carolina González García, Susana Fernández Suárez, y Rocío González García 331

CAPÍTULO 46

Cirugía urgente en el paciente anciano

Violeta Camacho Marente, María Dolores Casado Maestre, y Tatiana Gómez Sánchez..... 339

CAPÍTULO 47

Cuidado para cuidadores: un programa de intervención grupal en Atención Primaria para cuidadores de personas con demencia

Tamara Soto López y Begoña Soto López 347

CAPÍTULO 48

Una propuesta para el abordaje de la somatización en población mayor de 65 años: el papel de Atención Primaria

Tamara Soto López y Begoña Soto López 353

CAPÍTULO 49

Klotho como biomarcador de envejecimiento: relación con diferentes modalidades de ejercicio físico

Andrea Espuch Oliver, Irene Díaz Alberola, y Jorge Carlos Morales Camino 361

CAPÍTULO 50

“Entiéndeme”: Proyecto prevención malos tratos en la tercera edad

Xabier Ameztoy Echenique y Olatz Naiara Eslava Abaurrea.....369

CAPÍTULO 51

Malposiciones palpebrales seniles, repercusión en la calidad de vida y su abordaje

Marta Sánchez-Dehesa Sáez, Mónica Hijos Gastón, Iulia Oana Pana, Simón Quijada Angeli, y María Alarcón Tomás377

CAPÍTULO 52

La vejez estereotipada: una mirada desde jóvenes universitarios

Andrea Vásquez Morales, Gladys Galvis López, Luis Ernesto Fandiño-Rojas, y Anyela Mancilla Lucumi.....383

CAPÍTULO 53

Relaciones parenterales en el adulto mayor: La transformación de los roles

Gladys Galvis López, Víctor Javier Vera Cárdenas, Cindy Carolina Segura Moreno, y Luis Ernesto Fandiño-Rojas.....389

CAPÍTULO 41

Análisis de la relación entre tiempo libre y satisfacción vital en la adolescencia

Nieves Fátima Oropesa Ruiz, , María del Carmen Pérez-Fuentes,
María del Mar Molero Jurado, Ana Belén Barragán Martín, María del Mar Simón Márquez,
África Martos Martínez, José Gabriel Soriano Sánchez, Maria Sisto, y
José Jesús Gázquez Linares
Universidad de Almería

Introducción

La satisfacción con la vida es un componente sólido y estable del bienestar subjetivo que hace referencia a la valoración cognitiva que las personas realizan de su vida en términos generales y atendiendo a diferentes ámbitos (Diener, Emmons, Larsen, y Griffin, 1985; Diener, Suh, Lucas, y Smith, 1999). En relación a la satisfacción vital, el tiempo libre es importante porque es un tiempo en el que los adolescentes cuentan con una mayor probabilidad de elegir libremente las actividades que desean realizar. Aunque la investigación en el análisis de la relación entre el tiempo libre en general y el bienestar subjetivo debe ampliarse (Bell, 2006; Rodríguez, Látková, y Sun, 2008), los autores vienen asumiendo, en base a los resultados obtenidos, que no todas las actividades de tiempo libre contribuyen del mismo modo a la satisfacción con la vida. Así, por ejemplo en el caso de las actividades culturales la correlación tanto con la satisfacción vital como con el bienestar psicológico ha sido significativa y de signo positivo, sobre todo, cuando estas actividades suponen un alto nivel de compromiso y son realizadas junto al grupo de amigos (Grossi et al., 2013; Hansen, Sund, Knudtsen, Krokstad, y Holmen, 2015; Moreno, Ramos, Rivera, Sanchez-Queija, y Morgan, 2015). Por su parte, en el estudio de Brown, Macdonald y Mitchell (2015) el nivel de satisfacción vital de las personas que participaron en actividades culturales fue mayor que el nivel de satisfacción de las personas que no participaron.

El ocio activo, entendido como aquel que incluye actividades físicas y deportivas, parece que también contribuye a la satisfacción con la vida (Brown et al., 2015; Moreno et al., 2015; Sarriera et al., 2009; Shin y You, 2013; Rodríguez et al., 2008; Trainor, Delfabbro, Anderson, y Winefield, 2010). Algunos investigadores señalan que las actividades físico-deportivas satisfacen más a los chicos que a las chicas, sobre todo cuando son organizadas (implican la supervisión de una persona adulta) y se realizan con una alta periodicidad (de 3 a 6 horas o más a la semana) (Moreno et al., 2015; Shin y You, 2013). Además, no debemos olvidar el papel que juega la percepción del estado general de salud en la práctica deportiva, existiendo una percepción más positiva en la adolescencia cuanto mayor es la cantidad de actividad física y deportiva que se realiza (García, Jordán, Bañuelos, y Rubio, 2011; Goñi y Infante, 2010). Por otra parte, según Shin y You (2013), cuando los adolescentes de ambos sexos están satisfechos con las actividades de ocio, el ocio contribuye al bienestar psicológico, ya que aumenta la satisfacción con la vida y disminuye el estrés.

En cuanto al ocio más pasivo, los resultados no son concluyentes y dependen del tipo de actividad. Por un lado, las actividades creativas sedentarias (pintar, tocar un instrumento musical, etc.) se han encontrado relacionadas negativamente con la satisfacción vital en la investigación de Brown et al. (2015). Ir al cine, por ejemplo, se asoció positivamente con la satisfacción con la vida en unos estudios (Hansen et al., 2015) pero no en otros, en los que no se encontró correlación significativa entre ambas variables (Brown et al., 2015; Rodríguez et al., 2008). Respecto a escuchar música, los estudios previos también muestran resultados diferentes, hallándose resultados en ambas direcciones, es decir, tanto a

- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., y Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- García, E.F., Jordán, O.R.C., Bañuelos, F.S., y Rubio, C.F.Q. (2011). Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud. *Colección ICD: Investigación en Ciencias del Deporte*, 35. Recuperado de: <https://revistasdigitales.csd.gob.es/index.php/ICD/article/view/197>
- Goñi, E., y Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208.
- Grossi, E., Compare, A., Lonardi, C., Cerutti, R., Callus, E., y Niero, M. (2013). Gender-related effect of cultural participation in psychological well-being: Indications from the well-being project in the municipality of Milan. *Social Indicators Research*, 114(2), 255-271.
- Hansen, E., Sund, E., Knudtsen, M.S., Krokstad, S., y Holmen, T.L. (2015). Cultural activity participation and associations with self-perceived health, life-satisfaction and mental health: the Young HUNT Study, Norway. *BMC Public Health*, 15(544), 2-8. doi: 10.1186/s12889-015-1873-4
- Mesurado, B. (2010). La experiencia de flow o experiencia óptima en el ámbito educativo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42, 183-192.
- Moreno, M., Ramos, P., Rivera, F., Sanchez-Queija, I., y Morgan, A. (2015). *Leisure time activities: The influence of social contexts (family and peers) and its impact on the positive development during adolescence*. Comunicación presentada en 17th European Conference on Developmental Psychology. Braga, Portugal, 8-12 de Septiembre.
- Rodríguez, A., Látková, P., y Sun, Y.Y. (2008). The relationship between leisure and life satisfaction: Application of activity and need theory. *Social Indicators Research*, 86(1), 163.
- Sarriera, J.C., Paradiso, A.C., Abs, D., Soares, D.H.P., Silva, C.L., y Fiuza, P.J. (2013). O bem-estar pessoal dos adolescentes a través do seu tempo livre. *Estudos de Psicologia*, 18(2), 285-295. doi: 10183/109031
- Shin, K., y You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), 53-62. doi: 10.1017/prp.2013.6
- Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., y Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173-186. doi:10.1016/j.adolescence.2009.03.013