



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 psicossocial

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 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, Maria Sisto, y
José Jesús Gázquez Linares
Universidad de Almería

Introducción

El término *resiliencia* procede del latín, concretamente de la palabra *resilio*, cuyo significado es volver atrás, resaltar, rebotar, evitando la rotura del cuerpo ante un golpe (Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997), recobrando su forma original ante el estrés y los elementos adversos (Kumpfer et al., 1998) y creciendo ante dichos elementos de manera favorable (Vanistendael, Vilar y Pont, 2009).

La primera evolución sobre la trayectoria del término tiene origen a partir de las investigaciones realizadas a primeros de los años noventa por Werner y Smith (1992), en las que se detectan la capacidad que posee el sujeto para hacer frente a una situación desagradable y a la que se relaciona seguidamente una serie de éxitos para poder superar dicha situación. Es a partir de aquí cuando surge el término y aparecen los primeros profesionales interesados en seguir realizando investigaciones al respecto. Pocos años después, concretamente a mitad de los noventa, surge la segunda generación respecto a resiliencia en los trabajos realizados por Grotberg (1999), quien la plantea como el proceso dinámico que sufre el individuo, permitiéndole adaptarse a la diversidad de los factores externos.

La etapa más reciente está basada en los últimos descubrimientos sobre el funcionamiento del cerebro y su relación con la conducta humana. Se introduce que en la fase de recuperación influyen factores genéticos, ambientales, neuronales y epigenéticos, por lo que la medición de la resiliencia estaría compuesta por una serie de cambios adaptativos existentes en el cerebro en distintos transmisores y vías moleculares. Dichas alteraciones configuran el funcionamiento de circuitos neutrales que regulan el miedo, la reactividad emocional, la gratificación y el comportamiento interpersonal *versus* al estrés (Feder, Nestler y Charney, 2009). Así pues, a pesar de su gran auge en los últimos años, presenta una difícil definición (García, García, López-Sánchez y Dias, 2016; Pinto, 2014). El término es utilizado en distintas materias y ciencias, tales como Regeneración Celular, Ecología, Economía, Microbiología, etc., cada cual con sus propios matices (Earvolino-Ramírez, 2007).

En el ámbito de las ciencias sociales las relaciones entre seres y, en concreto, de la Psicología, las distintas definiciones de resiliencia se han visto incumbidas tanto por contextos históricos, como por contextos culturales. Su aspecto se ha detallado en tres ámbitos:

Resiliencia individual: Es entendida como el proceso a través del cual los sujetos se recuperan ante las adversidades y pueden seguir hacia delante sus vidas de manera exitosa (Dyery y McGuinness, 1996).

Resiliencia familiar: Consiste en la capacidad que posee la familia para poder dar respuesta de manera óptima a una situación adversa, saliendo de dicha situación de manera fortalecida, incrementando sus recursos y confianza (Simon, Murphy y Smith, 2005).

Resiliencia comunitaria: Radica en la habilidad que presentan los miembros de manera grupal para tomar acciones relevantes, voluntarias y de manera colectiva para dar solución a un problema impactante, incluyendo la previa evaluación del entorno para poder intervenir y salir del paso de manera positiva (Pfefferbaum et al., 2005).

Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., y Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American psychologist*, 55(1), 110-121. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.110

Simon, J., Murphy, J., y Smith, S. (2005). Understanding and fostering family resilience. *The Family Journal*, 13(4), 427-436. doi: 10.1177/1066480705278724

Steinhardt, M., y Dolbier, C. (2008). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4), 445-454. doi: 10.3200/JACH.56.4.445-454

Terzi, S. (2013). Secure attachment style, coping with stress and resilience among university students. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 1(2), 97-109. doi: 10.1007/2Fs11482-014-9378-3

Tugade, M.M., Fredrickson, B.L., y Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of personality*, 72(6), 1161-1190. doi: 10.1111/j.1467-6494.2004.00294.x

Vanistendael, S., Vilar, J., y Pont, E. (2009). Reflexiones en torno a la resiliencia. Una conversación con Stefan Vanistendael. *Revista de Intervención Socioeducativa*, 43, 93-103.

Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3(9), 87-116.

Vyas, K.J., Feserman, S.F., Nebeker, B.J., Gerard, S.K., Boyd, N.D., Delaney, E.M., y Johnston, S.L. (2016). Preventing PTSD and depression and reducing health care costs in the military: A call for building resilience among service members. *Military Medicine*, 181(10), 1240-1247. doi: 10.7205/milmed-d-15-00585

Wagnild, G., y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

Wernet, E.E., y Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: high risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.

Werner, E.E., y Smith, R.S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. New York: Cornell University Press.

Zimmermann, P., Firmkes S., Kowalski, J.T., Backus, J., Siegel, S., Willmund G., y Maercker, A. (2014). Personal values in soldiers after military deployment: Associations with mental health and resilience. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 22939. doi: 10.3402/ejpt.v5.22939