

Curso de Revisión de Medicina Interna General

Noviembre de 2020

Dra. Tiffany Priester

Cardióloga Principal, VA Loma Linda Healthcare System

Profesora Adjunta de Medicina, Loma Linda University

Profesora Asociada de Medicina, Loma Linda University

Salud mental y cuidado integral

- Personalidad Tipo A: más enfermedad cardiovascular
- Depresión y insomnio: empeora todas las enfermedades crónicas conocidas
- Hay una conexión mente-cuerpo
 - Sistema inmunológico
 - Estado civil
 - Apoyo social
 - La angustia emocional puede causar síntomas físicos.
- Las relaciones y la religión están a la cabeza en la lista que la mayoría de las personas tienen de las cosas que les ayudan a lidiar con enfermedades crónicas/que dan sentido a la vida.

Salud mental

Si no pregunta, no sabrá

- Pregunte: ¿cómo ha afrontado las cosas últimamente?
- Haga notar: hoy parece más deprimido
- Motive: naturalmente, mucha gente en su situación se siente deprimida o ansiosa
- Empatice: debe ser muy difícil para usted encontrarse en esta situación
- Vincule: identifique qué da sentido y alegría a la vida del paciente
- Responda: haga un plan para un mejor futuro

DIOS ME CONCEDA
LA ***SERENIDAD*** PARA
ACEPTAR LAS COSAS
QUE NO PUEDO
CAMBIAR; VALOR
PARA ***CAMBIAR*** LAS
COSAS QUE PUEDO;
Y LA ***SABIDURÍA***
PARA SABER LA
DIFERENCIA.

Salud mental

- Prioridades competidoras
- Equilibrio en la vida
- Guíe dando el ejemplo
- Espectro de disfunción
- Estrés
- Estrés descompensado
- Disfunción situacional
- Trastornos de personalidad
- Trastornos psiquiátricos
- Psicosis

Cuidado integral de la persona

- ¿Qué es?
- ¿Cómo lo proporciona usted?

Cuidado integral de la persona

- Concepto: Vida saludable
- Metas: Logre la mejor vida saludable posible mediante una combinación de prevención intencional y tratamiento.
- Aspectos de la salud de una persona
 - Físicos
 - Mentales y emocionales
 - Espirituales
- Mecanismo: Calidez, empatía, relación terapéutica

Cuidado integral de la persona

- “Médico, cúrate a ti mismo”

Pensamientos de alabanza

- El descanso como requisito: el 4º mandamiento
- Curar es un ministerio: Jesús curando en el Sabbath y el Buey en la zanja
- El papel de la gracia: justificación vs. santificación
- Expectativa de desempeño: parábola de los talentos y escrituras de Pablo
- Lo más grande de esto es el Amor: ¿el más grande de los mandamientos? Fe/esperanza/amor
- Arropado en humildad: “A veces cometemos nuestros peores pecados cuando tenemos la razón.” — Randy Roberts

Actividad grupal

Embotellamiento de tráfico: actividad grupal de pensamiento de importancia crítica

- <http://www.mrgym.com/Cooperatives/TrafficJam.htm>

Comunicación: actividad grupal de dibujar a ciegas

- Dividir en grupos de 2, dar a una persona un dibujo sencillo, a la otra dele un hoja de papel en blanco; haga que se sienten espalda con espalda y el que tiene el dibujo le describe al otra cómo hacer el mismo dibujo (no se vale hacer trampas).
- <https://blog.cake.hr/top-50-team-building-games-employees-love-play/>

Ética: principios bíblicos

- Le preguntaron a Jesús cuál era el principio bíblico más importante. ¿Qué contestó?
- *Marcos 12:28-31 **28** Acercándose uno de los escribas, que los había oído disputar, y sabía que les había respondido bien, le preguntó: ¿Cuál es el primer mandamiento de todos? **29** Jesús le respondió: El primer mandamiento de todos es: Oye, Israel; el Señor nuestro Dios, el Señor uno es. **30** Y amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente y con todas tus fuerzas. Este es el principal mandamiento. **31** Y el segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No hay otro mandamiento mayor que éstos.*

Así que... ¿qué es lo que de verdad importa?



AMOR

“De este modo todos sabrán que son mis discípulos, si se aman los unos a los otros.”