

# Contenido

## Unidad 1 1

### Epidemiología y promoción de la salud

- 1.1 Epidemiología. . . . . 2
  - 1.1.1 Salud y enfermedad . . . . . 2
  - 1.1.2 Determinantes del estado de salud. . . . . 4
  - 1.1.3 Modelos causales . . . . . 5
  - 1.1.4 Brotes epidémicos . . . . . 6
  - 1.1.5 Epidemiología y salud pública . . . . . 7
- 1.2 Promoción de la salud . . . . . 8
  - 1.2.1 Salud pública . . . . . 9
  - 1.2.2 Entornos saludables . . . . . 10
  - 1.2.3 Desarrollo de habilidades personales . . . . . 11

## Unidad 2 17

### Educación para la salud. Estilos de vida saludables

- 2.1 Educación para la salud: objetivos y campos de actuación. . . . . 18
  - 2.1.1 Objetivos. . . . . 18
  - 2.1.2 Campos de actuación . . . . . 19
  - 2.1.3 Agentes de salud . . . . . 20
- 2.2 Modelos educativos en salud . . . . . 21
  - 2.2.1 Período clásico . . . . . 21
  - 2.2.2 Período actual . . . . . 22
- 2.3 Estilos de vida saludables. . . . . 23
- 2.4 Seguimiento farmacoterapéutico . . . . . 24
- 2.5 Parámetros somatométricos del individuo. . . . . 25
  - 2.5.1 Talla o estatura . . . . . 25
  - 2.5.2 Peso. . . . . 27
  - 2.5.3 Índice de masa corporal . . . . . 28
  - 2.5.4 Cantidad de grasa corporal . . . . . 29
  - 2.5.5 Pulso . . . . . 31
  - 2.5.6 Tensión arterial . . . . . 32

## Unidad 3 39

### Métodos y medios de educación para la salud. Planificación de intervenciones

- 3.1 Metodología didáctica . . . . . 40
- 3.2 Métodos en educación para la salud . . . . . 41
  - 3.2.1 Métodos directos . . . . . 42
  - 3.2.2 Métodos grupales. . . . . 44
  - 3.2.3 Métodos indirectos . . . . . 46
- 3.3 Planificación de intervenciones. . . . . 47
  - 3.3.1 Análisis del problema . . . . . 47
  - 3.3.2 Programación de las actividades . . . . . 47
- 3.4 Evaluación de resultados . . . . . 49

## Unidad 4 55

### Seguridad, higiene y prevención de riesgos en el laboratorio

- 4.1 Seguridad y buenas prácticas en el laboratorio . . . . . 56
- 4.2 Seguridad y prevención de riesgos en el laboratorio . . . . . 57
  - 4.2.1 Formación del personal . . . . . 57
  - 4.2.2 Principales riesgos en el laboratorio . . . . . 57
  - 4.2.3 Elementos de actuación y protección . . . . . 58
  - 4.2.4 Equipos de protección individual (EPI) . . . . . 60
  - 4.2.5 Indicaciones de peligrosidad de los productos químicos . . . . . 61
- 4.3 Protocolos de actuación . . . . . 62
- 4.4 Primeros auxilios. . . . . 65
  - 4.4.1 Primera actuación . . . . . 66
  - 4.4.2 Accidentes. . . . . 66
- 4.5 Técnicas de desinfección y esterilización . . . . . 69
  - 4.5.1 Lavado de manos . . . . . 70
  - 4.5.2 Medios físicos . . . . . 70
  - 4.5.3 Medios químicos . . . . . 71

**Unidad 5 77**  
**Obtención y procesamiento de muestras**

- 5.1 Obtención de muestras ..... 78
  - 5.1.1 Muestras sanguíneas ..... 78
  - 5.1.2 Muestras de orina ..... 80
  - 5.1.3 Muestras de heces ..... 81
  - 5.1.4 Muestras de esputo ..... 82
  - 5.1.5 Muestras de semen ..... 82
  - 5.1.6 Otras muestras ..... 83
- 5.2 Conservación y manipulación de las muestras ..... 83
  - 5.2.1 Muestras sanguíneas ..... 83
  - 5.2.2 Otras muestras ..... 84
  - 5.2.3 Transporte de las muestras ..... 84
- 5.3 Eliminación de muestras ..... 85
- 5.4 Preparación del paciente ..... 86
  - 5.4.1 Apoyo psicológico ..... 86
  - 5.4.2 Educación sanitaria ..... 87
- 5.5 Documentación y etiquetaje ..... 88

**Unidad 6 95**  
**Controles analíticos sencillos**

- 6.1 Espectrofotometría y ley de Lambert-Beer ..... 96
  - 6.1.1 Realización de curvas patrón ..... 97
- 6.2 Análisis con reflectómetros ..... 98
  - 6.2.1 Técnica de manejo ..... 98
- 6.3 Análisis con fotómetros ..... 100
  - 6.3.1 Técnica de manejo ..... 100
- 6.4 Test de embarazo ..... 101
- 6.5 Test de consumo de drogas ..... 103
- 6.6 Pruebas hematológicas ..... 105
  - 6.6.1 Microhematocrito ..... 105
  - 6.6.2 Frotis sanguíneo ..... 106
  - 6.6.4 Grupo sanguíneo ..... 109
- 6.7 Análisis básico de orina ..... 110
  - 6.7.1 Análisis físico de orina ..... 111
  - 6.7.2 Análisis de orina por tiras reactivas ..... 111
  - 6.7.3 Análisis del sedimento urinario ..... 112
- 6.8 Mantenimiento de los instrumentos ..... 113
- 6.9 Control de calidad en los laboratorios ..... 115

**Unidad 7 121**  
**Fundamentos de psicología**

- 7.1 Aspectos básicos de la psicología ..... 122
  - 7.1.1 Concepto de psicología ..... 122
  - 7.1.2 Psicología básica y aplicada ..... 122
  - 7.1.3 Principales escuelas de la psicología ..... 123
- 7.2 Bases fisiológicas del comportamiento ..... 125
  - 7.2.1 Sistema nervioso ..... 125
  - 7.2.2 Sistema endocrino ..... 126
- 7.3 Procesos cognitivos ..... 127
- 7.4 Estudio de la personalidad ..... 128
  - 7.4.1 Concepto de personalidad ..... 128
  - 7.4.2 Teorías de la personalidad ..... 129
  - 7.4.3 Mecanismos de defensa de la personalidad ..... 130
- 7.5 Psicología evolutiva ..... 132

**Unidad 8 139**  
**La comunicación con el paciente y la relación de ayuda**

- 8.1 Elementos de la comunicación ..... 140
- 8.2 Comunicación verbal y no verbal ..... 141
  - 8.2.1 Comunicación verbal ..... 142
  - 8.2.2 Comunicación no verbal ..... 143
- 8.3 La escucha activa ..... 147
- 8.4 Barreras de la comunicación ..... 148
- 8.5 La relación de ayuda ..... 150
  - 8.5.1 Comportamiento del paciente y del técnico en la relación de ayuda ..... 150

**Unidad 9 155**  
**El paciente con enfermedad crónica. El paciente con discapacidad**

- 9.1 Enfermedad crónica ..... 156
- 9.2 La familia y el enfermo crónico ..... 157
- 9.3 Discapacidad ..... 158
- 9.4 La familia y el paciente con discapacidad ..... 160
- 9.5 Apoyo psicológico al paciente ..... 160
- 9.6 Educación sanitaria ..... 161

**Unidad 10** 167

**El enfermo oncológico y el enfermo terminal**

- 10.1 Aspectos generales sobre el cáncer... 168
  - 10.1.1 Agentes etiológicos del cáncer. 168
  - 10.1.2 Diagnóstico del cáncer ..... 169
  - 10.1.3 Estrategias terapéuticas contra el cáncer ..... 170
- 10.2 Cuidados paliativos del cáncer y enfermedades terminales ..... 171
- 10.3 La familia del paciente oncológico y del paciente terminal ..... 172
- 10.4 Apoyo psicológico al enfermo ..... 173
  - 10.4.1 Agonía ..... 174
  - 10.4.2 Eutanasia ..... 174
- 10.5 Educación sanitaria ..... 175

**Unidad 11** 181

**El niño, el adolescente, el adulto y el anciano ante la enfermedad**

- 11.1 La enfermedad ..... 182
  - 11.1.1 La enfermedad en el niño, adolescente, adulto y anciano . 184
- 11.2 La hospitalización ..... 186
  - 11.2.1 El niño ante la hospitalización.. 186
  - 11.2.2 El adolescente hospitalizado. . 186
  - 11.2.3 El adulto y la hospitalización. . 187
  - 11.2.4 El paciente geriátrico hospitalizado ..... 187
- 11.3 La muerte ..... 188
  - 11.3.1 Aceptación de la muerte en las diferentes etapas de la vida..... 188
- 11.4 Apoyo psicológico ..... 190
- 11.5 Educación sanitaria ..... 191

**Unidad 12** 197

**Ansiedad, estrés y depresión. El paciente con trastornos mentales**

- 12.1 Generalidades ..... 198
  - 12.1.1 Clasificación de los trastornos mentales ..... 198
- 12.2 Trastornos del estado de ánimo: depresión, trastornos bipolares ..... 199

- 12.2.1 Depresión ..... 199
- 12.2.2 Trastorno afectivo bipolar... 200
- 12.2.3 Tratamiento ..... 200

- 12.3 Trastornos de ansiedad: trastornos por estrés postraumático, crisis de pánico, fobias, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno de ansiedad generalizada. .... 201
  - 12.3.1 Trastornos por estrés postraumático ..... 202
  - 12.3.2 Crisis de pánico ..... 202
  - 12.3.3 Fobias ..... 202
  - 12.3.4 Trastorno obsesivo-compulsivo. 202
  - 12.3.5 Trastorno de ansiedad generalizada ..... 203
  - 12.3.6 Tratamiento ..... 203
- 12.4 Esquizofrenia ..... 204
  - 12.4.1 Tratamiento ..... 204
- 12.5 Trastornos de la conducta alimentaria ..... 205
  - 12.5.1 Tratamiento ..... 206
- 12.6 Trastornos de la personalidad ..... 206
- 12.7 Demencia ..... 207
  - 12.7.1 Tratamiento del Alzheimer ... 208
- 12.8 Consejos prácticos para la comunicación con el paciente ..... 209
- 12.9 Apoyo psicológico ..... 210
- 12.10 Educación sanitaria ..... 213

**Unidad 13** 219

**El paciente con SIDA**

- 13.1 Características del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida ..... 220
  - 13.1.1 El SIDA ..... 220
  - 13.1.2 Detección del VIH ..... 221
  - 13.1.3 Prevención del SIDA ..... 222
  - 13.1.4 Tratamiento del SIDA ..... 223
- 13.2 Repercusión social de la enfermedad. . 224
- 13.3 Repercusión psicológica ..... 225
- 13.4 Medidas de apoyo y promoción de la salud, educación sanitaria ..... 227
  - 13.4.1 Apoyo psicológico ..... 227
  - 13.4.2 Educación sanitaria ..... 227

**Unidad 14** **233**

**El paciente drogodependiente**

- **14.1** ¿Conoces las principales drogas? . . . . . 234
- **14.2** Estadísticas sobre el consumo de drogas . . . . . 236
  - 14.2.1 Consumo de alcohol y drogas por edades . . . . . 236
- **14.3** Estrategias de lucha contra las drogas. 237
  - 14.3.1 Recursos de lucha contra la droga. . . . . 238
- **14.4** La oficina de farmacia ante la drogodependencia. . . . . 239
  - 14.4.1 Atención de urgencia al paciente intoxicado por drogas de abuso en la oficina de farmacia . . . . . 240
  - 14.4.2 Tratamiento farmacológico en caso de intoxicación . . . . . 241
- **14.5** Las drogodependencias y la familia . . 242
  - 14.5.1 Importancia de la familia. . . . . 242
  - 14.5.2 Posibles conductas de los familiares que entorpecen el tratamiento . . . . . 243
- **14.6** Apoyo psicológico para el paciente drogodependiente . . . . . 243
- **14.7** Educación sanitaria. . . . . 244

**Unidad 15** **251**

**Atención psicológica a la persona maltratada**

- **15.1** Psicología del maltratador . . . . . 252
  - 15.1.1 Tipos de maltratadores. . . . . 253
  - 15.1.2 Conductas del maltratador . . . . 254

- **15.2** Maltrato infantil. . . . . 256
- **15.3** Niños maltratadores . . . . . 257
- **15.4** Maltrato de pareja . . . . . 259
  - 15.4.1 Hombres maltratadores . . . . . 260
  - 15.4.2 Mujeres maltratadoras . . . . . 260
- **15.5** Maltrato de ancianos, dependientes y enfermos . . . . . 261
- **15.6** Maltrato laboral . . . . . 262
- **15.7** Apoyo psicológico al maltratado . . . . 264
- **15.8** Educación sanitaria. . . . . 266

**Unidad 16** **271**

**La mujer en el embarazo**

- **16.1** Fecundación y ciclo menstrual . . . . . 272
- **16.2** Cambios fisiológicos en el embarazo . . 272
- **16.3** Cuidados de la mujer en el embarazo . 273
  - 16.3.1 Comer de forma saludable, ganar peso y estar en forma . . . 273
  - 16.3.2 Realización de pruebas y revisiones médicas . . . . . 274
- **16.4** Trastornos más frecuentes de la mujer en el embarazo . . . . . 275
- **16.5** La mujer embarazada en el mundo laboral. . . . . 277
- **16.6** Apoyo psicológico a la mujer embarazada . . . . . 277
- **16.7** Educación sanitaria. . . . . 278
  - 16.7.1 Anticonceptivos . . . . . 278
  - 16.7.2 Tabaco . . . . . 279
  - 16.7.3 Ingesta de alimentos. . . . . 279
  - 16.7.4 Actividad física . . . . . 279
  - 16.7.5 Descanso y relajación . . . . . 279