CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · SÍNTOMAS SOMÁTICOS

Factores psicológicos que influyen en otras afecciones médicas

Cuando aspectos psicológicos (estrés, ansiedad, evitación, no seguir el tratamiento) empeoran una enfermedad física, como la diabetes, la hipertensión o el colon irritable.

SEÑALES FRECUENTES

- El estrés empeora la enfermedad
- Dificultad para seguir el tratamiento
- Evitar consultas o pruebas

PAUTAS PARA TI

1. Coordinación entre el médico y la psicóloga
2. Técnicas de manejo del estrés
3. Plan realista para seguir el tratamiento

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Ayuda a organizar el tratamiento y las citas
2. Comparte actividades que reduzcan el estrés

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si dejas el tratamiento médico
2. Si el estrés empeora tu enfermedad

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Tengo una enfermedad física diagnosticada
☐ El estrés empeora mis síntomas
☐ Me cuesta seguir el tratamiento
☐ Evito ir a revisiones
☐ La ansiedad me hace estar pendiente de los síntomas
☐ Mi enfermedad me genera mucha preocupación
☐ He dejado actividades por miedo a empeorar
☐ Siento que mi estado de ánimo influye en mi salud

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/factores-psicologicos-que-influyen-en-otras-afecciones-medic
- Llamada de orientación gratuita con nuestro equipo: clinicavivaldi.com/#orienta
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112