

Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Autónoma del Estado de México



Metodología aplicada a la Psicología y las Ciencias de la Salud

Esteban Jaime Camacho Ruiz
María del Consuelo Escoto Ponce de León
Fuensanta López Rosales
Juan Manuel Mancilla Díaz
COORDINADORES



Catalogación en la publicación UNAM. Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información

Nombres: Camacho Ruiz, Esteban Jaime, editor. | Escoto Ponce de León, María del Consuelo, editor. | López Rosales, Fuensanta, editor. | Mancilla Díaz, Juan Manuel, 1956-, editor.

Título: Metodología aplicada a la psicología y las ciencias de la salud / Esteban Jaime Camacho Ruiz, María del Consuelo Escoto Ponce de León, Fuensanta López Rosales, Juan Manuel Mancilla Díaz, coordinadores.

Descripción: Primera edición. | México : Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2023. | "Carrera de Psicología".

Identificadores: LIBRUNAM 2204456 (impreso) | LIBRUNAM 2204461 (libro electrónico) | ISBN 9786073075091 (impreso) | ISBN 9786073075107 (libro electrónico).

Temas: Psicología -- Investigación -- Metodología. | Ciencias médicas -- Investigación -- Metodología. | Medicina -- Investigación -- Metodología.

Clasificación: LCC BF76.5.M458 (impreso) | LCC BF76.5 (libro electrónico) | DDC 150.72—dc23

Metodología aplicada a la Psicología y las Ciencias de la Salud

Primera edición: abril de 2023

D.R. 2023 © UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Ciudad Universitaria, Alcaldía de Coyoacán, CP 04510,
Ciudad de México, México.

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

Av. de los Barrios n.º 1, Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla de Baz,
CP 54090, Estado de México, México.

www.iztacala.unam.mx

ISBN: 978-607-30-7510-7

Esta edición y sus características son propiedad de la
Universidad Nacional Autónoma de México.

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la
autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

UNIVERSIDADES PARTICIPANTES

Universidad Autónoma del Estado de México
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo
Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
Universidad de Guadalajara
Universidad Autónoma de Zacatecas
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo
Universidad Nacional Autónoma de México
Universidad Autónoma de Coahuila
Universidad De La Salle Bajío
Universidad Autónoma de Nuevo León
El Colegio de México

APOYO TÉCNICO

MC JOSÉ JAIME ÁVILA VALDIVIESO

Corrección de estilo y cuidado de la edición

LIC. JOAN MICHAEL JAIME BENÍTEZ

Cotejo y adecuación de aparato crítico

LH JORGE ARTURO ÁVILA GÓMORA

LIC. LUISA DE SANTIAGO GUARDADO

Revisión de pruebas finas

DG HÉCTOR ANTONIO CALDERA ROLDÁN

Retoque digital de imágenes

LDG JACQUELINE VERÓNICA SÁNCHEZ RUIZ

Diseño de página, maquetación y formación editorial

MTRO. ELIHU GAMBOA MIJANGOS

Diseño de portada

Esta obra fue dictaminada por pares académicos nacionales e internacionales expertos en el tema y adscritos al Comité Editorial de la FES Iztacala, así como externos a la UNAM.

Impreso y hecho en México

Índice

1. Metodología e investigación	1
<i>Karina Franco Paredes, Maribel Candelaria Martínez, Edgardo Leija Irurzo</i>	
2. Elección del tema y pregunta de investigación	17
<i>Felipe de Jesús Díaz Reséndiz, Omar Arce Rodríguez</i>	
3. Planteamiento del problema	37
<i>Brenda Sarahi Cervantes Luna, María del Consuelo Escoto Ponce de León, Rebeca María Elena Guzmán Saldaña, María Luisa Escamilla Gutiérrez</i>	
4. Objetivos	55
<i>Priscila Montañez Alvarado, Oscar Armando Esparza del Villar, Marisela Gutiérrez Vega</i>	
5. Justificación	65
<i>Isauro García Alonzo, Rafael Armando Samaniego Garay, Gloria Velia Reyna Barajas, Sandra Isela Velázquez Sandoval</i>	
6. Hipótesis	83
<i>Fabiola González Betanzos, Mónica Rodríguez Ortiz, Andrómeda Ivette Valencia Ortiz, María Leticia Bautista Díaz</i>	

7. Revisión de la literatura	105
<i>José Alonso Olivas Ávila, Bertha Musi Lechuga, Roxana María Espinoza Ornelas</i>	
8. Tipo de estudio	127
<i>Irene Concepción Carrillo Saucedo, Oscar Armando Esparza del Villar, Marisela Gutiérrez Vega, Priscila Montañez Alvarado</i>	
9. Diseños de investigación	151
<i>Alejandra Moysén Chimal, Martha Cecilia Villaveces López</i>	
10. Variables	175
<i>María del Consuelo Escoto Ponce de León, Brenda Sarahi Cervantes Luna, Esteban Jaime Camacho Ruiz, Virginia Flores Pérez</i>	
11. Población, muestra y muestreo	185
<i>Claudia Teresa Solano Pérez, Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma, Rosario Barrera Gálvez, María Teresa Sosa Lozada, Francelia García Mendoza</i>	
12. Técnicas e instrumentos	203
<i>Lilián Elizabeth Bosques Brugada, Abel Lerma Talamantes, Luis Israel Ledesma Amaya</i>	
13. Aspectos éticos	219
<i>Rafael Armando Samaniego Garay, Isauro García Alonzo, Joel Zapata Salazar, María de Lourdes Del Río Mendoza</i>	
14. Recolección y análisis de datos	251
<i>Carlos Saúl Juárez Lugo</i>	
15. Discusión y conclusiones	271
<i>Raúl Alejandro Gutiérrez García, Claudia Adriana Calvillo Ríos, Verónica Marcela Vargas Nájera</i>	
16. Citación, referencias y estilo APA	283
<i>Fuensanta López Rosales, José Luis Jasso Medrano, Raquel Alicia Benavides Torres, Juan Ramón Becerra Guajardo</i>	
17. Metodología cualitativa	309
<i>Manuel Leonardo Ibarra Espinosa, Esteban Jaime Camacho Ruiz, Georgina Contreras Landgrave, María del Consuelo Escoto Ponce de León</i>	

4

Objetivos

Priscila Montañez Alvarado¹
Oscar Armando Esparza del Villar¹
Marisela Gutiérrez Vega¹

La psicología de la salud es un campo relativamente nuevo. La Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud (ALAPSA) sostiene que surgió en Latinoamérica, específicamente en Cuba, en la década de los 60 (Salazar *et al.*, 2016). Esta disciplina nace ante la necesidad de explorar la práctica y el concepto de salud, ligado tradicionalmente a la dicotomía de salud física-salud mental que predominaba en aquellas fechas. El campo era fértil, ya que al dársele mayor importancia al modelo biopsicosocial de las enfermedades en el ser humano (Colegio Oficial de Psicólogos, 2018), y ante el anhelo de encontrar respuestas de cómo la conducta se vuelve determinante en el mantenimiento de la salud y/o la generación de las enfermedades (Andrasik *et al.*, 1999) encuentra las posibilidades de definirse como un grupo especializado, con aportaciones científicas para el campo de la salud. Y es que, a pesar de los avances médicos, científicos y tecnológicos, pareciera que estos no eran suficientes para generar estilos de vida sanos, que mantuviesen a los seres humanos en forma saludable, ya sea física, psicológica y mentalmente.

¹ Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, Chihuahua, México.

Es así que, paralelamente a las mejoras en la prevención y el tratamiento de enfermedades infecciosas, lentamente fue generándose una clase diferente de amenaza para el nuevo siglo: las enfermedades crónicas. Entre estas, las enfermedades cardíacas, el cáncer y los accidentes cerebrovasculares, todas englobadas dentro de las enfermedades crónicas, son actualmente las principales causas de mortalidad en los países desarrollados, generando una mayor proporción de muertes que las propias enfermedades infecciosas. Las enfermedades crónicas germinan, se desarrollan y luego persisten o recurren, afectando a las personas durante largos periodos de tiempo (Brannon *et al.*, 2014).

En un intento por desacelerar los altos costos que la salud imponía a los Estados Unidos, se crea en 1969, el Task Force on Health Research por la American Psychology Association (APA), cuyo objetivo fue el de coleccionar, organizar y diseminar información acerca del estado de la investigación sobre la conducta de la salud, principalmente entre los psicólogos norteamericanos (Wallston, 1997). De este organismo nace, a su vez, la division 38 Task Force on Health Psychology, cuyos estatutos iniciales fueron:

1. Avanzar con las contribuciones de la psicología como disciplina, para la comprensión de la salud y la enfermedad a través de la investigación básica y clínica y alentando la integración de la información biomédica sobre salud y enfermedad con el conocimiento psicológico actual.
2. Promover la educación y los servicios en psicología de la salud y la enfermedad.
3. Informar a la comunidad psicológica y biomédica, y al público en general, sobre los resultados de las actividades de investigación y servicios actuales en esta área (APA, 2019).

A través de estos estatutos, resulta una de las diversas conceptualizaciones del principal quehacer de esta naciente disciplina. El principal objetivo de la psicología de la salud es entender la función que desempeña lo psicológico en la determinación de la salud, además de la interinfluencia causal de los fenómenos psíquicos y los fenómenos de la salud/enfermedad (García y Samaniego, 2009).

Por su parte, la división 38 de la APA (2016) ha propuesto sus propios objetivos para la psicología de la salud, que se enlistan de la siguiente manera:

1. La comprensión y la evaluación de las posibles interacciones entre estado físico y factores biopsicosociales;
2. Aplicación de las teorías, principios y métodos de investigación psicológica con el propósito de reforzar o fortalecer el enfoque biomédico tanto en la promoción de la salud como en el tratamiento de la enfermedad;
3. Comprensión del estrés y de su relevancia en los procesos de enfermedad;
4. Adquisición de habilidades para el diseño y la aplicación de programas dirigidos a desarrollar u optimizar hábitos o estilos de vida saludables;
5. Comprensión de los mecanismos por los que métodos y técnicas cognitivos y conductuales contribuyen en el afrontamiento y control del estrés;
6. Comprensión de las dificultades que tienen los pacientes cuando deciden buscar tratamiento médico;
7. Reconocimiento del estado en el que se encuentran los pacientes hospitalizados y de los factores que interfieren tanto en la adherencia al tratamiento como en la relación médico-paciente;
8. Comprensión de las diferencias de las intervenciones médicas y psicológicas para el dolor, así como del efecto de su combinación en la eficacia del tratamiento;
9. Reconocimiento del impacto que tienen sobre pacientes y familiares las enfermedades en fase terminal o que generan incapacidad;
10. Comprensión de los mecanismos a través de los cuales las técnicas y principios psicológicos son eficaces para que los pacientes afronten y contribuyan en el control de la enfermedad crónica.

Métodos de investigación en psicología de la salud

Ante la creciente proliferación de elementos que orientan hacia las principales tareas del campo de la psicología de la salud, han surgido a su

vez, métodos, procedimientos y estrategias que funcionan como incentivo para la investigación en esta área. Debemos puntualizar que, en la revisión de la literatura, es escaso el señalamiento de objetivos como tales dentro de la metodología de la investigación en este rubro, sin embargo, mencionamos los considerados más usuales, dentro del marco de los estudios científicos básicos.

Debido a que la psicología de la salud aborda los problemas tanto de psicología como de la salud, no tiene una metodología distinta, sino que consiste en métodos de investigación utilizados en ambos campos. Entre estos métodos se incluyen el observacional o naturalista, encuestas, experimentos, cuasiexperimentos, y estudios clínicos. Parte del reto que implica llevar a cabo una investigación, es elegir qué método es el más adecuado para responder a un problema en particular y, de hecho, la mayor parte de los problemas se pueden responder utilizando una variedad de métodos diferentes (Sanderson, 2013).

La psicología de la salud es una ciencia empírica y, por tanto, la investigación en este campo se basa en el método científico. Los objetivos generales de la investigación científica son los de describir problemas, hacer predicciones al respecto y explicar por qué sucede.

Objetivos dentro de la metodología de psicología de la salud

Los objetivos de una investigación son aquellos que se dirigen hacia una meta concreta y precisa. Consisten en una guía para el trabajo, dependiendo de la hipótesis planteada, de acuerdo con el problema, la idea central o con los propósitos que se establecen.

Tienen por finalidad:

- Determinar el trabajo que debe hacerse
- Identificar las partes principales del problema, así como la relación que existe entre ellas
- Seleccionar el procedimiento o el método adecuado para la realización del trabajo
- Programar el trabajo en términos de unidades de tiempo y procedimiento.

Los objetivos también se pueden definir como las directrices en torno a las cuales se desarrolla un diseño de investigación y son la base para decidir los criterios de selección y las variables (si las hubiera) epidemiológicas –independientes y dependientes– que van a ser medidas y evaluadas en la investigación. A partir de un objetivo general que se pretende estudiar, se precisan y se establecen, generalmente, una serie de objetivos específicos.

Niveles de los objetivos

Los objetivos se estructuran en dos niveles: general y específicos. Se describen a continuación:

Objetivo general. Se redacta con un verbo en infinitivo y debe reflejar la esencia del planteamiento del problema y la idea expresada en el título del proyecto de investigación.

Objetivos específicos. Se desprenden del general y deben formularse de forma que estén orientados a logro del objetivo general, es decir, que cada objetivo específico esté diseñado para lograr un aspecto de aquel; y todos en su conjunto, la totalidad del objetivo general. Los objetivos específicos son los pasos que se dan para lograr el objetivo general.

En todo proceso de investigación es esencial precisar los objetivos o las pretensiones que debe tomar la investigación que va a realizarse. Así, los objetivos se convierten en la guía del estudio, expresando de manera clara y precisa el fin que pretende obtenerse. Por tanto, todo el desarrollo del trabajo de investigación se orientará a lograr estos objetivos. Estos deben de ser claros y precisos para evitar confusiones o desviaciones; sin embargo, esto no significa que los objetivos no puedan cambiar durante el desarrollo de la investigación, porque en algunos casos se requiere hacerlo, incluso ser sustituidos por otros nuevos, según el rumbo que tome el estudio. Cabe señalar que se generan en función del título y el planteamiento del problema, y obedecen a cuestionamientos como los ¿qué?, ¿cómo?, ¿para qué? del problema o propósitos de la investigación (León y Montero, 2015).

Redacción y definición de los objetivos

Para evitar ambigüedades en la redacción, y precisando la acción que implica a todo objetivo, se recomienda utilizar los verbos en infinitivo (Tabla 4.1). Se debe plantear directamente el objetivo que se persigue. Es importante señalar que al momento de expresar los objetivos que se pretenden en la investigación, se considere, además, la viabilidad y consecución de estos, a través del desarrollo del estudio.

Se recomienda que tengan las siguientes características:

- Comenzar con un verbo en infinitivo
- Estar redactados con claridad y precisión
- Ser viables
- Estar dirigidos a perseguir un logro y obtención de conocimientos.

Tabla 4.1. Verbos que se recomienda usar

Determinar	Verificar	Definir
Identificar	Diseñar	Conocer
Evaluar	Elaborar	Estudiar
Describir	Proponer	Plantear
Estimar	Demostrar	Relacionar
Examinar	Especificar	Comparar
Formular	Analizar	Corroborar

Fuente: Bernal (2010) y Hernández *et al.* (2014).

Asimismo, se recomienda evitar el uso de verbos como capacitar, motivar, enseñar, mejorar, conocer, comprender, pues su interpretación puede prestarse a confusiones.

Aspectos clave para definir los objetivos de la investigación

Los objetivos, al ser los elementos que dirigen la idea principal de la investigación hacia un propósito determinado, permiten la optimización del trabajo demandado y una adecuada coordinación de esfuerzos para alcanzar los resultados propuestos por la investigación (Figura 4.1). Un

trabajo de investigación en salud puede no tener hipótesis, como puede ser el caso de los estudios con enfoque cualitativo, o estudios exploratorios, pero por lo general se tendrá una idea principal que se encaminará a través de la precisión de los objetivos. Una revisión exhaustiva de la literatura existente permitirá conocer cuáles son las posibles fortalezas o limitaciones que quedan por investigar, establecer cuáles son las hipótesis de investigación y precisar los objetivos generales y específicos del estudio (Mirón *et al.*, 2010).

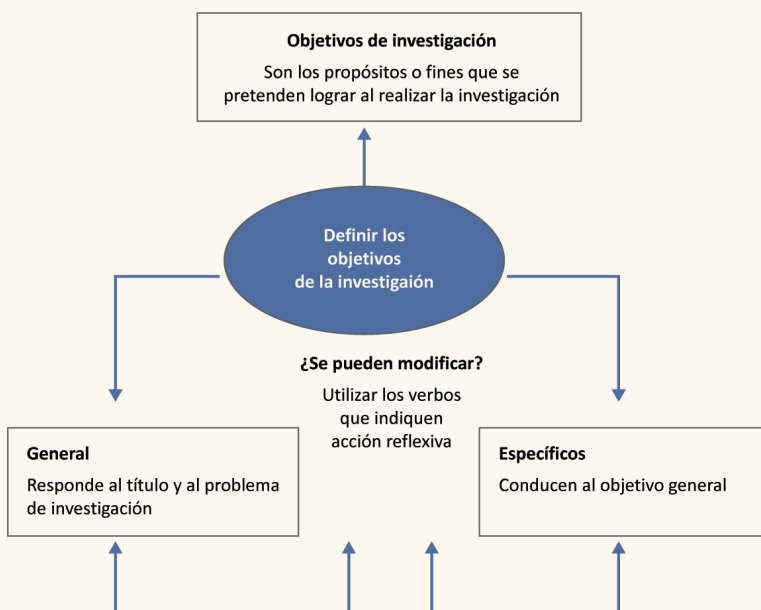


Figura 4.1. Objetivos de investigación.

Fuente: Bernal (2010).

Es preciso señalar que tanto el objetivo general como los específicos deben de ser congruentes entre sí, en tanto que el primero contiene los postulados del planteamiento del problema, mientras que los específicos describen cada elemento del objetivo general. De esta manera, se establecerá, además, un hilo conductor entre las variables del título del estudio planteado.

En las tablas 4.2 y 4.3 se proponen algunos ejemplos que puedan ilustrar lo anteriormente dicho:

Tabla 4.2. Ejemplo de objetivos
de un programa para depresión

Título	Evaluación de un programa cognitivo conductual para la depresión en adolescentes generada por la covid-19.
Objetivo general	Implementar un programa de intervención cognitivo-conductual para reducir la sintomatología de depresión en adolescentes que han enfermado de covid-19.
Objetivos específicos	Evaluar la sintomatología de depresión en adolescentes que han enfermado de covid-19. Reducir la sintomatología de depresión en adolescentes que han enfermado de covid-19. Determinar la eficacia del programa cognitivo-conductual para reducir la sintomatología de la depresión en adolescentes que han enfermado de covid-19.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 4.3. Ejemplo de objetivos de una intervención
de agotamiento emocional

Título	Implementación de un programa de intervención psicoeducativa con enfoque cognitivo-conductual para reducir los índices de agotamiento emocional en estudiantes universitarios.
Objetivo general	Diseñar un programa de intervención psicoeducativa con enfoque cognitivo-conductual para reducir los índices de agotamiento emocional en estudiantes universitarios.
Objetivos específicos	Analizar los resultados del programa de intervención psicoeducativa en la reducción del agotamiento emocional. Evaluar la eficacia del programa de intervención psicoeducativa con enfoque cognitivo-conductual para reducir los índices de agotamiento emocional en estudiantes universitarios.

Fuente: elaboración propia.

El cuidado en la correcta formulación de los objetivos facilitará el proceso de investigación en el ámbito de la psicología clínica y de la salud, al indicarnos de manera clara el propósito de los estudios planteados que nos guíen en la búsqueda de conocimientos pertinentes, trascendentales, orientados al servicio de la sociedad.

Referencias

- American Psychological Association (APA). (2016). Society for Health Psychology [Divisions of APA]. APA. <https://www.apa.org/about/division/div38>
- American Psychological Association (APA). (2019). The health psychologist. Newsletter of the society for the health psychology, division 38 of the American Psychological Association [El psicólogo de la salud. Boletín de la sociedad para la psicología de la salud, división 38 de la Asociación Americana de Psicología]. <https://div38healthpsychologist.com/>
- Andrasik, F., Otis, J., Turner, B. y Simón, M. (1999). "Estrategias de investigación en psicología de la salud". En: M. A. Simón (Ed.), *Manual de psicología de la salud. Fundamentos, metodología y aplicaciones* (pp. 259-303). Biblioteca Nueva, SL.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación* (3ª ed.). Pearson.
- Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2014). *Health psychology: An introduction to behavior and health* [Psicología de la salud: una introducción al comportamiento y la salud]. Cengage.
- Colegio Oficial de Psicólogos. (2018). *Perfiles profesionales del psicólogo*. <https://www.cop.es/perfiles/>
- García, M. D. y Samaniego, R. A. (2013). *Psicología de la salud y sus campos de aplicación*. Universidad Autónoma de Zacatecas.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.
- León, O. G. y Montero, I. (2015). *Métodos de investigación en psicología y educación. Las tradiciones cuantitativas y cualitativas* (4ª ed.). McGraw Hill.
- Mirón, J. A., Alonso, M. e Iglesias, H. (2010). Metodología de investigación en salud laboral. *Medicina y Seguridad del trabajo*, 56(221), 347-365. <http://doi.org/10.4321/S0465-546X2010000400009>
- Salazar, J., Petrželová, J. y Chávez, M. (2016). "Hacia la conceptualización de la psicología de la salud". En: J. Zapata (Ed.), *Fundamentos de psicología de la salud* (pp. 1-27). Pearson.
- Sanderson, C. A. (2013). *Health Psychology* (2ª ed.) [Psicología de la salud]. John Wiley & Sons.
- Wallston, K. A. (1997). "A history of division 38 (health psychology): Healthy, wealthy, and Weiss" [Historia de la división 38 (psicología de la salud)]. In: D. A. Dewsbury (Ed.), *Unification through division: Histories of the divisions of the American Psychological Association* (pp. 239-267). APA. <https://doi.org/10.1037/10234-009>