



Nombre del alumno: Rafael Salas Palacios

Nombre del profesor: Lic. Bayron Iram Vidals Camposeco

Licenciatura: Psicología general

Materia: Evaluación psicológica clínica

Nombre del trabajo: ¿Cuál es el origen de las patologías? Y ¿Cómo prevenirlas? (Ensayo).

Introducción

Tomando en cuenta la definición de mi diccionario LAROUSSE DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA; Patología: s. f. Ciencia medica que estudia las causas, síntomas y evolución de las enfermedades; la respuesta es amplia, si se toma en cuenta que son; desde algún enfoque, impredecibles. Los acontecimientos traumáticos como los rasgos heredados pueden ser un factor, o tener relación con un problema de salud oculto. En algunos casos, los signos y síntomas de ansiedad son los primeros indicadores de una enfermedad. Pues las preguntas parecen venir del material anterior, prosigo.

Cuando nacemos somos un conjunto de posibilidades y empezamos a aprender a imitar modelos en el seno familiar (con los padres, con los hermanos, con la familia externa/el resto de la familia) (Procesos culturales, Antología. Pág. 19) y es probable que en ese mismo núcleo haya puntos ciegos o desatendidos, los cuales se han pasado por alto durante tanto tiempo que terminan convirtiéndose en enseñanzas involuntarias, algo influido de forma inconsciente (socio-cultural). Y, es que me parecen imposibles de prevenir, cuando se nos dice que los síntomas (por ejemplo) de la ansiedad puede empezar en la infancia o la adolescencia, lo cual me lleva a la única idea que es; **crear un plan de actuación**: la planeación de una calidad de vida ajustada a estándares aceptables tanto gubernamentales como sociales, pues sí, se complementan, cabría la posibilidad de poner manos a la obra, en; la construcción de un futuro individualizado/específico con todos nuestros recursos a lo que podría venir hacia nosotros de forma esperada o inesperada (pros y contras) y cuales serian sus beneficios en un futuro, hablo de; la anticipación: **“una buena predicción”**.

Si conocemos algunos de los factores de riesgo por ejemplo del comportamiento depresivo como; la edad, genéticos, acontecimientos vitales, factores sociales, psicológicos, etc., mi herramienta en este caso es: un terapeuta, comprendiendo la utilidad emocional a la que me puede conducir, siendo el mejor de los casos el reconocimiento de esta (patología) para así prevenirlas en un futuro y recurrir posteriormente a otras herramientas: automotivación, resiliencia (Ser más dinámico en la realización de mis actividades tanto físicas como verbales y/o sociales). Y también vale la pena mencionar: el uso de la buena autoestima.

Así, su origen es de diferentes fuentes voluntarias e involuntarias, conscientes e inconscientes, pero que no definen la salud final del individuo, influenciadas o auto influenciadas, pero que no definen el comportamiento final de la persona, quien puede des afrontar las relaciones toxicas y enfocarse al desarrollo de su salud física. Será ahí cuando al seleccionar sus actividades podrá prevenir cualquier problema de salud mental, al enfocarse en temas de cualquier tipo de salud que exista, lo cual llamaría algo así como una especie de: higiene moral, una desvinculación de “contextos” ya experimentados, que ahora conozco como: disfuncionales.

La salud física consiste en **el bienestar del cuerpo y el óptimo funcionamiento del organismo de los individuos**, es decir, es una condición general de las personas que se encuentran en buen estado físico, mental, emocional y que no padecen ningún tipo de enfermedad. Atendiendo desde los nutrientes necesarios/esenciales diariamente hasta las porciones adecuadas al día, así como un sueño reparador.

Volviendo a cual es el origen, lo más cercano que se me ocurre es; la desnutrición, pasando al factor externo que perjudica internamente las funciones correctas del organismo.

(Me llega una pregunta a la mente; ¿que es el miedo? ¿Cómo se adopta? ¿De donde proviene? ¿Como se crea? ¿Que provoca? Y ¿Cómo desentrañarlo? Pues también tiene “buena fama” de provocar enfermedades, lo cual me pongo como tarea investigar).

Ahora bien, puede pasar que el individuo quede “atrapado en la cultura”, sin herramientas para defenderse ante situaciones de riesgo como por ejemplo la imposición de una religión que no le proporciona satisfacción y que al no conocer otros enfoques religiosos tenga la postura rígida/radical de su única/propia cultura religiosa, al no tener garantías, queda vulnerable a algún problema de salud específicamente mental, ya que este tipo de casos (perspectiva personal) los representantes religiosos se dedican al cambio de mentalidad, de forma involuntaria/inducida, teniendo mi persona una inclinación cognitiva y/o psicomotriz.

¿Como prevenir las? Es una pregunta clave, ya que de igual forma saldría económico prevenir las que tratar las, algo que evidenciaría la falta de herramientas adquiridas a lo largo de nuestra practica profesional como psicólogos, algo que sin duda conlleva la aplicación de un grupo de técnicas aprendidas en clase; por ejemplo la Gestalt, el condicionamiento entre otras, también me pregunto si aplica: ¿como prevenir las en las demás personas? Si es necesario, psicología educativa es la indicada para retroalimentar a mi paciente/cliente.

Conclusión

Me quedare con el “enfoque moderado” de la nutrición, pues, considero que es una de las peores herencias que existen en mis tiempos, el no cumplir con los requisitos diarios de alimentación, pues me esconde la personalidad de las personas con este tipo de problemas de salud, provocando una desconfianza en cuanto al trato social que les puedo brindar (otra dimensión), y por lo cual tengo la firme idea de seguir aprendiendo temas de salud para un desarrollo humano pleno.

Bibliografía

<https://www.significados.com/salud-fisica/#:~:text=La%20salud%20f%C3%ADsica%20consiste%20en,padecen%20ning%C3%BAn%20tipo%20de%20enfermedad.>