



**Nombre de alumnos:** Nayeli Roxana Ramirez Cano

**Nombre del profesor:** Lic. Bayron Iram Vidals Camposeco

**Nombre del trabajo:** Ensayo sobre la temática ¿Origen de las patologías? ¿Cómo prevenirlas?

**Materia:** Evaluación psicológica clínica

**Grado:** 6° cuatrimestre en la carrera de psicología

**Grupo:** "A"

Frontera Comalapa Chiapas, a 12 de julio de 2020

La psicopatología es aquella que se encarga más que nada estudiar, examinar, identificar, clasificar las diferentes conductas tanto anormal como anormal o comportamientos, alteraciones cognitivas y emocionales que presente el usuario que los conlleva aquellas extremidades tanto de conflictos, o conocidos como trastornos psicológicos.

Entonces, ¿Cuál es el origen de las patologías? ¿Cómo trabajar para prevenirlas?

A través de nuestra vida diaria podemos encontrar estas patologías mediante nuestros puntos de interacción, incluso en nosotros mismo que inconscientemente no tenemos razón de ellas pero en algún momento tomaran forma y saldrán a relucir causando cambios radicales en nosotros al hacernos conscientes de lo que estamos por vivir.

Las patologías o más bien trastornos más comunes en nuestro contexto que se ven de forma externa o interna son las diferentes fobias y de ansiedad ya que mantiene una clasificación por las diversas existentes tales como ansiedad generalizada, ansiedad social, fobias específicas, trastorno de pánico.

Según Lang (2005) “Es una respuesta emocional que da al sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenazas o peligros”. Estas presentan en el individuo sentimientos de miedos intensos, preocupaciones extremas que no mantiene un periodo de tiempo estable, ya que puede presentarse en cuestión de minutos hasta mayor tiempo. Estos síntomas van variando de acuerdo a los trastornos que el individuo presente, así mismo toda alteración.

Otra sería la depresión donde Rollo May dice “Es la incapacidad de construir un futuro” porque logra cambiar nuestro sistema causando falta de energía o pérdida de interés, también la falta de capacidad para poder realizar sus actividades diarias ya que esta afecta la vida de la persona a través de una serie de periodos.

Así mismo logran alterar la estabilidad de vida en tanto emocional sintiendo tristeza, miedo, sustos como físicas tener irritabilidad, nerviosismo, sudoración, aumento de la fatigabilidad y psicológica sobre inseguridad, confusión. Trayendo consigo consecuencias en los hábitos, relaciones, comunicación, actividades.

Las evaluaciones patológicas se han especificado en diferentes ámbitos, donde vea involucrado los trastornos, comportamiento, habilidades dentro de diferentes aspectos o proceso, donde ambas mantienen un fin relacionado en cuestión a todo lo que tenga que ver con el inicio de estas. Es claro que estas patologías mantienen un origen, alteraciones, consecuencias físicas y psicológicas, cambios, no olvidando los tratamientos que entran en función pero que mantienen ciertas limitaciones. Estos son aquellos que toman el papel o función dentro del individuo.

Los factores involucrados en el origen de estas patologías pueden variar dependiendo de la alteración ambiental que puedo presentarse en su vida y sobre todo aquel suceso que dio inicio a ella. Entran en juego tanto biológicos, físicos, genético, psicológicos, sociales que son los principales que logran persistir y van de la mano junto a nosotros en nuestra vida diaria.

Estos llegan a ser provocados por la acción que ejerce el individuo en su vivencia, por acumulación de estrés, de eventos o situaciones que se van acumulando en relación a tener presiones en el trabajo, preocupaciones continuas por falta de economía o por la muerte de algún familiar o ser cercano. Problemas interpersonales e intrapersonales que tiene consigo mismo en cuestión de inseguridades, bajo autoestima o falta de aceptación y falta de atención de la familia, aislamientos, también debido a una enfermedad o causa de un medicamento, o por el hecho sufrir un golpe o lesiones cerebrales y no descartando los traumas por soportar maltratos excesivos, presenciar algún evento que lo allá cambiado por completo, etc.

Las enfermedades mentales o trastornos de la conducta son aún mayor, generándose de manera consciente o inconsciente. Para poder prevenir a estas patologías es más que nada tener salud mental, es decir, trabajar con nosotros mismo, explorarnos ya que de ahí da comienzo y posteriormente conectarse al organismo. Y otra sería darle solución bajo intervención psicológica en llevar un proceso terapéutico o proceso médico.

Este sería un trabajo mutuo a través de la interacción entrevistador-entrevistado puede lograrse a través de la observación del comportamiento de las personas que se han visto afectada por factores ambientales y así mismo generar investigaciones complejas sobre la vida o situación de este. Llevándose de una forma estratégica a la interacción o utilidad

de herramientas psicométricas que dan ayuda a la obtención de resultados concretos en relación de un diagnóstico y ser conocedor de las diferentes patologías para empezar a trabajar, darle salida a ellas y sobre todo que el individuo conozca sus recursos para su misma solución. No olvidando la intervención médica que puede ser un punto clave para su solución.

Sin embargo para evitar que el individuo llegue a un estado crítico, es decir, tenga presente alguna de estas patologías, una manera viable de poder evitarlas es mantener una estabilidad que lleva a cambiar el estilo de vida, los hábitos canalizados que lo inducen más a obtenerlas, con el fin de disminuir las posibilidades de padecer un trastorno.

Antes que nada mantener una alimentación balanceada con el objetivo que nuestro cuerpo no genera reacciones innecesarias, al hacerlo se pueden consentir en aumentar los niveles del organismo, obtención de mejores resultados cognitivos y el contraer ánimos para realizar actividades cotidianas. Ejercitar la mente y el cuerpo a través de realizar actividades deportivas, como actividades intelectuales (leer, juegos) para mantenerse estable y no recaer en síntomas o conflictos, pensamientos negativos. Descansar adecuadamente y acceder a cargar nuevas de energías y no abusar de ello porque puede llevar a problemas de desempeño, y afectar negativamente la conducta o comportamiento.

Permitirse expresar, liberarse continuamente en relación a los sentimientos, emociones que está presenciando y sintiendo en su momento el individuo ya que eso le permite mantener una estabilidad sana consigo mismo.

Así como existente factores que inciten a a la existencia a las patologías en los seres humano y se originen causando alteraciones tanto mentales como físicos. También persisten aquellos viceversas o contrarias que ayudan, orientan y admiten más que nada la evitación del desarrollo de estas. Lo más importante es quien tiene el poder combatirla, prevenirla, controlarla es el mismo individuo a través de su fuerza de voluntad del querer mejorar y aceptar su situación que no es nada del otro mundo, más bien son los resultados por falta de equilibrio (estabilidad) y alterar su propia vida.