



**Nombre de alumnos: Kevin Alan Cruz
Medina**

**Nombre del profesor: Enriqueta Islas
Hernandez**

**Nombre del trabajo: Ensayo de
unidad I y unidad II**

Materia: Computación I

Grado: 1

Grupo: B

Villahermosa, Tabasco a 28 de noviembre de 2020.

Introducción

En estas unidades vamos a ver los conceptos sobre psicología y salud, y como desempeña un papel en la salud del ser humano. Gracias a que la psicología comenzó a ser cada vez más objetiva, y fue dejando de lado la superstición y los juicios personales se ha dado una nueva esperanza a todas aquellas personas con problemas mentales, dejando a un lado los prejuicios, creando medicamentos, y métodos para solucionar sus problemas. Todo esto ha sido gracias a que la psicología decidió utilizar el método científico y convertirse en una ciencia que busca la verdad.

Orígenes de la conducta humana

Las conductas humanas, constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad. Es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente. Es la respuesta a una motivación, traduciéndose motivación como todo lo que impulsa a un individuo a realizar una conducta. Cuando hablamos de conducta, apuntamos, primeramente, a las actividades claras y evidentes observables por los demás: su caminar, hablar, testicular, su actividad cotidiana a esta conducta se le denomina conducta evidente por ser externamente observable. La conducta humana viene dada por reacciones adaptativas a los estímulos ambientales. La psicología estudia la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones.

Definición de salud

Existen varias concepciones para la definición de salud, la primera que se aborda es un concepto de salud que se refiere a un equilibrio inestable del ser humano, de su organismo biológico y de su cuerpo (entendido este como las representaciones del mismo), en relación con factores biológicos, medio ambientales, socioculturales y simbólicos, que permiten a cada ser humano además de crecer, potenciar sus posibilidades en función de sus propios intereses y de los de la sociedad en la cual se encuentra inmerso. La salud es pues, más que un estado, un proceso continuo de restablecimiento del equilibrio, proceso que cuando alguno de los factores implicados cambia y dicho cambio se mantiene en el tiempo, el ser humano adopta una respuesta fija, que en algún momento previo fue adecuada para restablecer el equilibrio; pero, al tornarse, inflexible lleva a un estado catastrófico que puede ser incompatible con la vida (Canguilhem 1982). Esta concepción implica que mantener

ese equilibrio requiere de una serie de factores socioeconómicos, ambientales, biológicos, y asistenciales que se aúnen para sostener ese equilibrio, el cual se traduce en la capacidad de vivir como individuo, de producir, reproducir y recrear la cultura, entendida como la suma de producciones e instituciones que distancia la vida humana del animal.

Antecedentes de la psicología en salud

George Engel (Psiquiatra norteamericano) propone el modelo biopsicosocial que considera los factores psicológicos, sociales y culturales además de los biológicos en la enfermedad y su tratamiento. 1978. Se forma la división de la Psicología de la Salud de la American Psychological Association (APA). Matarazzo define la Psicología de la Salud como "el agregado de las contribuciones educativa, científica y profesional de la disciplina de la psicología para la promoción y el mantenimiento de la salud, la prevención y tratamiento de la enfermedad, y la identificación de los correlatos etiológicos y diagnósticos de la salud, la enfermedad y disfunciones relacionadas". (Becoña, Vázquez & Oblitas, 1995). Podemos considerar que el surgimiento de la Psicología de la Salud fue un proceso lento y progresivo. En éste encontramos varios momentos y aportaciones clave que es necesario mencionar para poder comprender el desarrollo de este campo.

Intervención de la psicología en salud

Desde estas lecturas, decidimos avanzar en la investigación para ver qué entramados existían entre la psicología y la salud pública. Esto nos llevó a encontrarnos con un campo fértil de trabajo y comenzamos a analizar qué investigaciones se realizan en el campo de la salud pública. Así pudimos observar que las investigaciones que caracterizan al campo de la salud pueden ser de tres tipos: biomédica, investigación en salud pública y clínica. Se investiga con conceptos clave tales como el poder, la participación política, la psicología económica, análisis de discurso, responsabilidad jurídica, represión política, ideología de clase, entre otros. Es decir, esta disciplina tiene un bagaje conceptual que permite sortear las incompetencias en los que se estanca la psicología del modelo médico-clínico para dar respuestas al colectivo que es la sociedad en su conjunto.

Comportamiento y salud

Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Sin embargo, la salud se equipara con frecuencia a la ausencia de enfermedad, según la autora del artículo. Pero las principales causas de muerte están relacionadas con

actividades voluntarias de la persona. A pesar de los enormes avances de la medicina, la enfermedad sigue siendo un mal apocalíptico. Se habla de crisis de los sistemas de salud, y es que, como es bien sabido, en las últimas décadas se ha producido un estancamiento del indicador más robusto de salud, la mortalidad, en parte porque todos esos logros no parecerían estar sino muy relativamente contra las tres grandes causas actuales de muerte: los padecimientos cardiovasculares, el cáncer y los accidentes de carretera. Un estudio epidemiológico, ya clásico, realizado en un condado californiano demostró cómo un patrón o estilo de vida determinado estaba asociado con el ser y sentirse saludable. No fumar, no beber en exceso, hacer ejercicio, dormir de siete a ocho horas, un peso equilibrado, un desayuno abundante, no comer entre comidas resultaron ser hábitos, en conjunto, excelentes predictores de una vida significativamente más larga y sana

El papel de la psicología en la salud

A finales de la década de los setenta, el CNEIP, organismo autónomo que concentra a una considerable cantidad de escuelas de Psicología, presentó una serie de recomendaciones para hacer más eficiente la formación y el entrenamiento de los psicólogos a partir de la definición de un perfil profesional sustentado. A partir de esas recomendaciones, un año más tarde se propuso que el psicólogo debería entenderse como un profesional capacitado para cumplir con cinco funciones, que incluían las de diagnóstico², planeación, prevención, intervención e investigación (CNEIP, 1978). En tales funciones, que hasta el día de hoy siguen siendo definidas de manera ambigua, no se especificaron con la precisión debida qué conocimientos, habilidades y destrezas serían pertinentes para incidir en los problemas sociales de interés, ni tampoco se dijo con claridad cómo se habían de articular los dominios teórico y metodológico con las habilidades y destrezas a instrumentar para la posterior aplicabilidad del conocimiento psicológico.

Objetivos de la psicología en la salud

La psicología médica es una parte de la Psicología. Su objeto de estudio es el comportamiento del individuo en un contexto constituido por la salud o por la enfermedad. El individuo estudiado es tanto el paciente como el profesional. El paciente se observa desde dos puntos de vista: como tal, o sea en sus relaciones con la enfermedad, y como generador de recursos adaptativos. El comportamiento del profesional se estudia en sus funciones características: la promoción de la salud, la investigación y la búsqueda de información, el diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación.