



NOMBRE DE LA ALUMNA: ALEJANDRA PÉREZ ÁLVAREZ

GRADO: 1ro **GRUPO:** "B"

MATERIA: PSICOLOGIA Y SALUD

ACTIVIDAD: ENSAYO UNIDAD I Y II

UNIDAD I PSICOLOGIA Y SALUD CONCEPTOS

1.1 ORIGENES DE LA CONDUCTA HUMANA

1.2 DEFINICION DE SALUD

1.3 ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

1.4 INTERVENCIONES DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

1.5 COMPORTAMIENTOS Y SALUD

1.6 LA PSICOLOGIA DE LA SALUD



UDS

PASIÓN POR EDUCAR

1.1 ORIGENES DE LA CONDUCTA HUMANA

A partir del momento en el que un ser humano nace, se encuentra en un medio ambiente social y en un medio ambiente natural. Desde ese momento y aun durante toda su vida, estará en contante relación con dicho medio.

De este modo el ambiente lo influirá, los estimulará. Cada objeto que toque, la forma en que lo alimenten y cuiden, los seres que entren en contacto con él le mostraran al niño las características del mundo en que nació. Ese medio puede ser hostil o amigable, rudimentario o tecnificado, indiferente o protector.

Es decir, debido a todo el entorno que rodeo al ser humano desde su nacimiento, implica e interviene mucho en el comportamiento que conforme va pasando su vida, él va adaptando.

Las características que poseemos, nuestra manera de comportarnos, nuestros gustos y preferencias, dependen del ambiente en que nacimos: de haber ocurrido esto en otro tiempo o lugar, nuestra manera de pensar o de sentir serian muy distintas.

La conducta es una acción en relación con el medio, manifestándose como una búsqueda de equilibrio; por ellas se integran nuestras necesidades.

La conducta de igual manera es un vinculo entre los seres. Desde que naceos no dejamos de conducirnos. Surge una necesidad y con ella una conducta que busca satisfacerla a través del vinculo con los demás. La forma en que logramos vincularnos dependerá de lo que los demás nos posibiliten y de nuestra capacidad de acción.

A lo largo de nuestra vida, cada ser humano va desarrollando una forma peculiar de conducirse, de vincularse con el medio, fruto de la interacción de ambos

1.2 DEFINICION DE SALUD

La salud es el estado general de un organismo vivo, en tanto ejecuta sus funciones vitales de una forma eficiente, lo cual le permite desenvolverse adecuadamente en su entorno.

La salud también se define en dos niveles:

-Nivel subjetivo: es donde el sujeto cree que esta en bienestar

-Nivel objetivo: es cuando existen datos que permiten verificar dicho estado.

1.3 ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

Muchos de los psicólogos se han interesado en cuestiones relacionadas con la psicología de la salud desde los primeros años del siglo XX (Rodin y Stone, 1987; Stone, 1977). Algunos psicólogos (Stanley Hall en 1904 o William James en 1922) abordaron cuestiones preliminares de la psicología de la salud en sus escritos. No obstante, el interés profesional e investigador en esta área creció relativamente poco hasta los años setenta, aunque en la década de los 60 se comenzó a plantear la necesidad de invertir en los servicios de salud (schofield, 1969).

Hasta finales de la década de los setenta, no hubo un movimiento dentro de la psicología al que se le pudiese denominar psicología de la salud (Matarazzo, 1980; Stone, 1979), Un numero de disciplinas de la psicología (clínica, social, experimental, fisiológica, etcétera), con un interés común en cuestiones relacionadas con la salud.

Se reunió en 1978 para formar la división de la psicología de la salud American Psychological Association (APA), naciendo así formal, institucional y profesionalmente la psicología de la salud. Desde su aparición formal hasta la actualidad, el crecimiento de la psicología de la salud ha sido asombroso (Adler y Matthews, 1994; Taylor 1987).

En 1979 sale a la luz el primer libro sobre esta temática (Stone, Cohen y Adler, 1979) titulado Health psychology. En 1982 se publica la primera revista dedicada solamente a este tema, la Health psychology. En 1983 se lleva a cabo una conferencia nacional sobre la educación y el entrenamiento de los psicólogos de la salud (STONE, 1983;(Oblitas, 2000, 2003, 2004, 2004a).

1.4 INTERVENCION DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

La intervención psicológica se trata de un proceso a lo largo del cual el psicólogo, allá donde se presentan problemas relativos al comportamiento humanos, evalúa, entrena, trata y cuantifica los efectos inmediatos de entrenamiento o del tratamiento. Pero no se queda ahí. La intervención continua de la mano de la evaluación y del seguimiento de los efectos conseguidos, valorando su persistencia temporal, su validez social y su generalización a través de situaciones distintas a las del tratamiento.

1.5 COMPORTAMIENTOS Y SALUD

El comportamiento saludable debe definirse como un comportamiento específico de salud desde la salud, este se adquiere y se aprende. La salud como proceso implica identificación, atención, adquisición, práctica, mantenimiento y desarrollo. Su objetivo debe ser la salud Biopsicosocial, y se manifiesta a corto plazo, salud en mediano plazo y salud a largo plazo.

Esta debe enfrentarse como un proceso y no como un estado absoluto. Su ejercicio requiere de aprender responsabilidad individual. Aprender a identificar las variables de las cuales es función el estado saludable, los factores de salud, seguridad y bienestar de manera cotidiana, práctica constante, definición de las áreas como objetivos constantes de vida.

1.6 LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

La psicología de la salud es el estudio de los procesos psicológicos y de comportamiento en materia de la salud y la enfermedad. Se interesa por la comprensión de cómo los factores psicológicos, conductuales y culturales contribuyen a la salud física y la enfermedad.

Los psicólogos de la salud adoptan un enfoque biopsicosocial. En otras palabras, los psicólogos de la salud entienden a la salud como el producto no solo de los procesos biológicos (virus, tumores, etc.) también de los psicólogos (pensamientos, creencias) de comportamiento (hábitos) y los procesos sociales (estatus socioeconómico, y el origen étnico).

UNIDAD II EL PAPEL DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

2.1 OBJETIVOS DE LA PSICOLOGIA EN SALUD

2.2 LA INTERVENCION EN PSICOLOGIA DE LA SALUD

2.3 LA METODOLOGIA DE LA INTERVENCION EN SALUD

2.4 MANEJO DE EMOCIONES EN PACIENTES

2.5 RELACION PACIENTE-ENFERMERA(O)

2.6 DIVERSOS MODELOS EN LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

2.7 MADELO COGNITIVO-SOCIAL

2.8 MODELOS CREENCIAS EN SALUD

2.9 LA TEORIA DE ACCION RAZONADO

2.10 MODELO DE REDUCCION DE RIESGO

2.11 MODELO INTEGRATIVO

2.1 OBJETIVOS DE LA PSICOLOGIA EN LA SALUD

Como bien sabemos la psicología de la salud tiene muchos objetivos como los que a continuación les mencionare:

- Cuidado de la salud: en muchas ocasiones, se suele escuchar que la medicina no es suficiente para el tratamiento de enfermedades. En este caso la psicología puede ayudar a completar el tratamiento analizando hábitos y comportamientos humanos.
- Prevención de enfermedades: La psicología de la salud trata trastornos relacionados con el corazón, diabetes o los dolores crónicos.
- Investigación: La psicología de la salud no solo se centra en la prevención y el tratamiento, sino también en realizar investigaciones sobre que factores que influyen para que aparezca la enfermedad y se desarrolle.

2.2 LA INTERVENCION EN PSICOLOGIA DE LA SALUD

La intervención psicológica tiene sus objetivos generales, estos se definen en cuatro grandes objetivos:

- Prevención primaria: Aplicación de estrategias comportamentales para fortalecer la salud y prevenir la aparición de enfermedades.
- Prevención secundaria: Estrategia para eliminar o controlar situaciones de alto riesgo y manifestaciones leves antes de que el problema se agrave.
- Tratamiento de enfermedades: Programas de intervención para la modificación de alteraciones ya consolidadas.
- Prevención terciaria: Estrategias con 2 objetivos fundamentales, reducir la probabilidad de recaídas y aliviar los efectos perjudiciales derivados de los trastornos crónicos.

2.3 LA METOLOGIA DE LA INTERVENCION EN SALUD

El objetivo de la intervención es aliviar el sufrimiento emocional y ayudar a las personas a mejorar su calidad de vida, así como su bienestar. Se trata de impedir que el problema se haga dueño de la vida de la persona, volviendo, en aquellos casos que así fuese, a recuperar el control sobre su vida.

2.4 MANEJOS DE EMOCIONES EN PACIENTES

El manejo emocional es la habilidad de una persona a la hora de gestionar y canalizar los distintos tipos de emociones, ya sean positivas o negativas.

2.5 RELACION PACIENTE- ENFERMERA(O)

La enfermera y el paciente se relacionan como seres humanos y este último deposita su confianza, su fe en aquel. Para ello cuenta con los conocimientos y el adiestramiento necesarios para ayudar a los pacientes, además de tener la capacidad de percibir, responder y apreciar la individualidad del paciente.

2.7 MODELOS COGNITIVO-SOCIAL

Este modelo propone el desarrollo máximo y multifacético de las capacidades e interés del alumno. Los escenarios sociales pueden proporcionar oportunidades para que los estudiantes trabajen en forma cooperativa y solucionen problemas que no podrían resolver solos.

2.8 MODELOS CREENCIAS EN SALUD

Este modelo plantea que la disposición de una persona para adoptar una conducta de salud, esta determinada por dos factores: la percepción de susceptibilidad a enfermarse y la severidad percibida de la consecuencia de la enfermedad.

2.9 LA TEORIA DE LA ACCION RAZONADO

Es un modelo general de las relaciones entre actitudes, convicciones, presión social, intenciones y conducta.

Las acciones se basan en las actitudes individuales, por lo que una teoría de la acción consiste esencialmente en una descripción de las actitudes. La información que permite la formación de estas es de tipo cognitivo, afectivo y conductual.

2.10 MODELO DE REDUCCION DE RIESGO

El modelo de reducción de los riesgos y daños asociados al consumo, asume los principios de las intervenciones eficaces de salud pública con usuarios de drogas; señalando que estas intervenciones deben tener un enfoque escalonado, jerárquico y pragmático, combinando la prevención primaria (Prevención y tratamiento por uso de sustancias), la prevención

secundaria (Prevención de los riesgos asociados a la conducta) y la prevención terciaria (Prevención de la enfermedad en aquellos individuos ya infectados).

2.11 MODELO INTEGRATIVO

La psicoterapia integrativa también se refiere a juntar los sistemas afectivos, cognitivo, conductual y fisiológico que hay dentro de una persona, con una conciencia de los aspectos sociales y transpersonales de los sistemas que rodean a la persona.

CITAS:

<https://es.m.wikipedia.org/wiki/psicolog%C3%ADa>

<https://www.integrativetherapy.com/es/integrative-psychotherapy.php>

FUENTES:

<https://es.m.wikipedia.org/wiki/salud>

https://es.m.wikipedia.org/wiki/comportamiento_humano

https://es.m.wikipedia.org/wiki/Psicolog%C3%ADa_de_la_salud

REFERENCIAS:

<https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-universitaria-400-articulo-relaciones-personales-entre-enfermera-el-S166570631500038x>

<https://es.slideshare.net/mobile/leomg/modelo-socio-cognitivo-25026025>