



Ensayo:

Unidad I Psicología Y Salud Conceptos

Unidad II El papel de la Psicología en la salud

Enriqueta Islas Hernández

SPICOLOGIA

1 er cuatrimestre

Grupo "B"

28/11/2020

## Introducción

En efecto la psicología trata del comportamiento humano, como una reacción frente a cierto estímulos de las diferentes actividades. Mientras tanto la psicología estudia los pensamientos desde el punto de vista de su origen y su desarrollo de hechos en la mente humana. Así pues, la psicología debe basarse en las observaciones, realiza acerca del funcionamiento normal y anormal de la mente, se basa en métodos experimental, se trata de una ciencia empírica realizada sobre la base de observaciones y experimentos. A lo largo del tiempo la psicología fue aceptada conforme a la aprobación de estas leyes y es por eso que la psicología siguió con la experimentación. Ante todo gracias a la psicología fue dando un lugar importante en la vida de las personas conllevando a la superstición y los juicios personales ha dado la esperanza de poder ayudar a las personas con problemas mentales.

## Orígenes de la conducta humana

La conducta humana, desde tiempos remotos el ser humano se a desarrollado en su entorno de manera social y cultural y étnico que mantienen el fenómeno de la vida. De acuerdo a las acciones el individuo adopta formas de vida, para así adecuarse a un ambiente, esto conlleva a una motivación que impulsa al individuo a realizar una conducta, como centro de estudio de la psicología entra en la conducta donde conlleva la evolución de la escala de formación en el individuo como la infancia adolescencia, va unido al estudio físico desde el nacimiento hasta la muerte.

## Definición de salud

Hay muchas formas de interpretar la salud, la primera que se divide como ningún malestar físico, en el cual no haya ninguna alteración que modifique al organismo. La otra lo define la OMS como más racional, la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social.

## Antecedentes de la psicología en la salud

Desde la antigüedad, la salud y la enfermedad eran basadas a creencias esa era la ideología en que se basaban, después del renacimiento antes del siglo XX, la ciencia fue creciendo, esto ayudo a mejorar la tasa de inmortalidad y darle seguimiento al bienestar del ser humano.

## Intervenciones de la psicología en la salud

Las relaciones que tiene la psicología en la salud eso conlleva a la investigación dentro del área de salud. Dentro del sistema de salud incluye las creencias culturales y en la enfermedad, que constituye a la base del comportamiento de la población, en cuanto se promocionan, a su vez cual es el comportamiento y evaluación de la situación socio económico, político y metal.

## Comportamiento y salud

Como bien sabemos que la salud abarca todo lo que es físico, psicológicos, y social, pero la salud es más conocida la ausencia de enfermedad, para estar saludable

requiere de buenos hábitos de los estilo de vida que ayude a estar bien con el cuerpo, la mente, y tu entorno, así como también ser preventivos.

La psicología de la salud.

La psicología se encargó de interpretar la salud y enfermedad desde la antigüedad se les dieron interpretación ¿por qué enfermaba el hombre?, y las acciones que realizaban para mejorar la salud, conforme el tiempo la psicología abarco más a la orientación y el modelo de promoción a la salud.

Unidad II . El papel de la psicología en la salud

El desempeño que tiene la psicología en la salud ,analiza los factores responsables por efectos de las enfermedades , no se limita únicamente a ambiente hospitalario o centros salud , sino que también a todos los programas que priorizan la salud física y mental colectiva, como también que perfecciona la política de la salud que las actividades que tienen que ver con la evaluación , prevención e investigación.

Objetivos de la psicología

Como tal forma dicho objetivo es el estudio del comportamiento del individuo, esto va relacionado a paciente como el profesional, que está incluido a la salud y a la enfermedad.

Intervenciones en la psicología de la salud

Para tener la eficacia, se tiene que influir comportamiento saludable, estarán influido los profesionales de la salud no psicológicos estos estarán capacitados por psicólogos para hacer intervenciones, se utilizaran estrategias para controlar estímulos externos.

La metodología de la intervención en la salud

El objetivo es desempeñar la calidad de vida para las personas, ya sea bilógico, emocional y su relación social. En cualquier circunstancia de intervención ,ante todo tener el entendimiento de los factores que intervienen los problemas, se utilizaran los instrumentos y técnicas utilizadas, como la evaluación de los factores, también puede incluir, entrevista ,observación conductual ,técnica y procedimiento de auto observación ,auto registro,tests,cuestionario,informes.

Manejo de emociones en pacientes.

Las emociones es un vínculo que compartimos con las demás personas, entonces se es necesario saber manejar el estado de ánimo como profesional de la salud, porque en el ámbito hospitalario hay casos de muerte y de sufrimiento y es por ello que hay que saber enfrentar de manera adecuada y saber actuar.

Relación paciente y enfermera

Desde el ingreso del paciente la enfermera se encargara de los cuidados, intervenciones y las necesidades, para la recuperación del paciente ,sobre todo tener la empatía y el arte humanístico , como enfermera tener mucha comunicación con el paciente para adquirir información que sirve de apoyo para nuevas intervenciones.

## Diversos modelos en la psicología de la salud.

Existen varios tipos de comportamiento dentro del modelo psicológico ,para poder reconocer cada factor que se constituye cada modelo.

### Modelo cognitivo-social

Destaca las ideas de que buena parte del aprendizaje humano se da en el medio social al observar a los otros. La gente adquiere conocimiento, reglas, habilidades, estrategias y actitudes.

### Modelo de creencias en salud.

A través de este modelo se da a conocer el comportamiento, la teoría se basa en la valoración subjetiva de una determinada expectativa, en términos de salud, el valor será el deseo de evitar la enfermedad o padecimiento, y la expectativa la creencia en que una acción posible de realizar prevendrá o mejorará el proceso.

### Teoría de acción razonada

Solo el ser humano tiene la capacidad de razonar y tomar decisiones voluntarias, dicho comportamiento está influenciado socialmente y naturaleza personal que pueden llegar a tomar actos positivos o negativos, en específico el modelo de la acción razonada es saber cuál es la intención de realizar lo que debes hacer o lo que no debes hacer.

### Modelo de reducción de riesgo

Se basa en prevenir y evitar consecuencias de dichos factores que se interponen al riesgo, se encuentra tres etapas ,fase I: percepción de comportamiento como riesgo, brindar información sobre el factor de riesgo. fase II toma de decisiones firmes, reacción de eficacia ,autoeficacia, modificar la conducta.Fase III llevar a cabo el cambio de conducta.

### Modelo integrativo

Se basa que unifica los diversos planos del funcionamiento del individuo y que se persigue la actitud abierta .este modelo se contempla en el sistema cognitivo conductual, combinado con el desarrollo, psicosocial de la persona desde esta perspectiva, cada etapa de la vida representa una tarea diferente aprendizaje, el ámbito integrativo está orientada a conseguir la plenitud personal y un funcionamiento completo en los ámbitos social, psíquico intrapersonal.

## Conclusión

Es necesario saber el comportamiento de la salud, que permitiera el progreso de la comprensión y control de la enfermedad, ya que existe evidencia de hábitos saludables, así como los estados psicológicos influyen directamente en nuestra salud. Históricamente surge la necesidad de entender cómo influye el comportamiento en la salud .fue surgida como una disciplina para la promoción el mantenimiento de la salud, abarca físico, social y emocional, ya que se busca la verdad para poder intervenir a

un diagnóstico mediante estudios científicos razonados. En otro punto de vista también la psicología de salud ha ayudado al personal de salud en la colaboración con el entorno en donde se desenvuelve con el paciente y familia. Es esencial el papel de la psicología en las áreas de trabajo no solo personal, para poder desempeñar una buena colaboración con el razonamiento de los diferentes comportamientos ya mencionados. Con ello llevar un tratamiento, prevención de la salud.

#### Referencia

<https://www.eumed.net/libros-gratis/2006/119/1b.htm>

<https://chilepsicologos.cl/para> -que-sirven-las-pruebas-psicologas-conoce-los-distintos-tipos

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29215980001.pdf>

<https://www.edu/iasc/content/t1.31-el-objetivo-de-estudio-de-la-psicolog%C3%ADa-m%C3%ADca>

<http://conceptos.de/entrevista/>

<http://psicología.isipedia.com/optativas/intervención-psicologica-y-salud/01-intervencion-psicologica-y-salud-caracteristica-y-objetivos>