



**Nombre de alumno: Luz Alejandra
Pérez Hernández.**

**Nombre del profesor: Ana Estelí
Hidalgo.**

Nombre del trabajo: Súper nota.

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: psicología y salud.

Grado: 1.

Grupo: A.

Comitán de Domínguez Chiapas a 2 de diciembre del 2020.

Información y educación sanitaria.

El sistema sanitario se encuentra compuesto por todas aquellas organizaciones que se ocupan de prestar servicios de tipo sanitario, entre ellos, hospitales, profesionales especializados en la salud como ser médicos, enfermeras, entre otros, funcionarios, centros de atención de salud y los servicios de salud pública y también por aquellos otros actores el caso de redes, sectores, ministerios, instituciones especializadas y organizaciones que sostengan una concreta y específica función e influencia en el área de la salud de una nación.



Los sistemas sanitarios según se trate de una economía desarrollada o subdesarrollada.



Clases de financiamiento del sistema

Existen diversas maneras de financiamiento y gestión de los sistemas sanitarios y aunque deberían ser comparados y diferenciados en función del enfoque político que cada cual presente, se los suele diferenciar en torno al financiamiento que presentan, privado, público, mixto, es decir, una mezcla de intereses públicos y privados o por entidades sin fines de lucro.



La salud privada

Así es que los sistemas prepagos de salud nacen en estos lugares para contrarrestar la deficiencia que presenta el sistema sanitario regulado y financiado por el estado.



Es el instrumento con mayor potencial preventivo de la medicina clínica preventiva.

Los comportamientos y estilos de vida insanos constituyen el principal determinante de la salud en los países industrializados en la actualidad.

Control de actitudes.

“Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad”

Este ente es el objeto de actitud que puede ser cualquier cosa que sea susceptible de ser valorada. La valoración de un objeto de actitud depende de varios factores. Los objetos de actitud pueden ser concretos, abstractos, ideas, opiniones, conductas, personas o grupos.

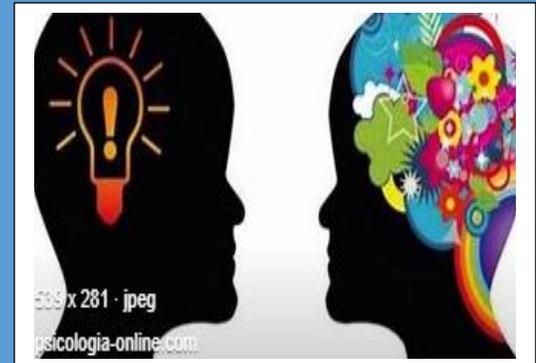


Las actitudes se basan en 3 tipos de componentes:

Componente cognitivo: Creencias y conocimientos

Componente afectivo: Sentimientos y emociones

Componente conductual: Experiencias en comportamientos anteriores.



La magnitud de una actitud depende de su valencia (positiva o negativa) y de su intensidad (grado o extremosidad de esa valencia). La intensidad o fuerza de una actitud depende de las siguientes variables:

- 1.- Importancia de la actitud para esa persona
- 2.- Intensidad o extremosidad de su evaluación
- 3.- Conocimiento del objeto de actitud
- 4.- Accesibilidad de la actitud (facilidad de activación de la actitud en la mente de la persona).



La medida de las actitudes se puede clasificar en 2 grandes bloques: medidas explícitas e implícitas:

Medidas explícitas (la medición es explícita cuando se pregunta directamente a la persona)

Tradicionalmente las actitudes se han medido mediante procedimientos de autoinforme.

Funciones de las Actitudes

Función de conocimiento

Nos ayudan a comprender nuestro entorno y a darle significado. La división en positivo y negativo nos permiten diferenciar entre lo que es beneficioso y dañino para cada individuo.



La investigación sobre condicionamiento de las actitudes, o condicionamiento evaluativo, demuestra que los procesos implicados no son exactamente iguales que los del condicionamiento clásico.

- Generación de hábitos para una vida sana.

La relación entre los hábitos saludables y el estrés que padece una persona es interactiva; es decir, hábitos y estrés son factores relacionados con la salud física y psicológica que se afectan mutuamente.



Controlar el estrés; sin embargo, en períodos prolongados de estrés, tendemos a cuidarnos menos:

Se dedica poco tiempo a las conductas relacionadas con alimentarse bien. con frecuencia, se come poco y/o mal o se cae en la sobre ingesta, según las personas.

Aumenta el consumo de tabaco, en fumadores; de cafeína, cola, en algunos casos, de alcohol u otras sustancias.

Se altera el sueño y disminuyen los tiempos de descanso.

Se abandona el ejercicio físico.

Se descuidan las relaciones sociales



Factores más importantes relacionados con nuestra salud y dependen, al menos en parte, de nuestro control.



Factores que hemos citado la importancia de mantener una motivación por algo que trascienda a uno mismo: actividades altruistas (cuidado de familiares u otras personas queridas, voluntariado...) y profesionales dirigidas a logros que suponen una gran gratificación o reto para la persona.

Los factores genéticos en la relación con la prevención ó peligro para la salud. Pero los estudios más novedosos sobre Epigenética ponen de manifiesto la importancia del ambiente y del propio comportamiento en relación a la expresión de los genes que heredamos.

