



**Nombre de alumno: Nelsi Beatriz
Morales Gómez.**

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

Nombre del trabajo: Súper Nota

Materia: Psicología y Salud

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 1°

Grupo: "B"

4.1.- INFORMACION Y EDUCACION 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.



La misión primordial que cumple el sistema sanitario de una nación, independientemente de por quien este manejado, gestionado o administrado, es la promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país.

4.2.- CONTROL DE ACTITUDES

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

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.



El papel de las actitudes es muy importante en distintos procesos psicológicos que están relacionados con diferentes dominios de análisis de la psicología social: individual, interpersonal, grupal y social.



4.3.- GENERACION DE HABITOS PARA UNA VIDA SANA

La relación entre los hábitos saludables y el estrés 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: mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para controlar el estrés; sin embargo en periodos prolongados de estrés, tendemos a cuidarnos menos.

