



Nombre de alumno: Karla Berenice Santis Tovilla

Nombre del profesor: Ana Estelí Hidalgo.

Nombre del trabajo: Areas de aplicación

Materia: Psicología y salud

Grado: 1°

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de noviembre de 2020.

AREAS DE APLICACIÓN.

A nivel general podemos clasificar los ámbitos de aplicación de la Psicología de la Salud en 4 grupos:

1. **Promoción:** Cuando un profesional de psicología informa y educa en temáticas relevantes de salud a los pacientes, busca potenciar y fortalecer los factores protectores, junto con la generación de estilos de vida saludable, participación en salud ambiental y políticas ciudadanas



2. **Prevención:** identificar aquellos factores que pueden producir algún problema de salud, pero que pueden evitarse, se realiza a través de: control de variables actitudinales, motivacionales y emocionales; modificar conductas de riesgo y condiciones poco saludables del entorno, detección temprana de problemas y prevención de recaídas.



3. **Evaluación, tratamiento y rehabilitación:** especialmente en enfermedades cardiovasculares, endocrinos, alimentarios, cáncer, neuromusculares, renales, entre otras, abarca un nivel general de salud: crónica o terminal, toda aquella enfermedad que requiera un manejo permanente durante el resto de su vida o aquella condición patológica que en algún momento puede producir a la muerte de la persona.



4. **Análisis y mejora del sistema de atención en salud:** el profesional vela por analizar la atención que se realiza a nivel del sector salud, estudia qué se puede mejorar, educa a los usuarios en el uso adecuado del sistema de salud de la entidad y forma a los profesionales asistenciales, administrativos.



Áreas de la medicina y de la psicología que se relacionan con la psicología de la salud.

- ❖ **Medicina psicosomática:** Al contrario de lo que ocurre con la psicología de la salud, esta disciplina se centra en el tratamiento de la enfermedad.



- ❖ **Psicología médica:** Estudia los factores psicológicos relacionados con la enfermedad y el tratamiento. Se diferencia de la psicología de la salud en que esta pone la salud como objeto y la psicología médica lo hace como enfermedad.



- ❖ **Medicina conductual:** Se centra en el tratamiento y rehabilitación de la enfermedad y la psicología de la salud apuesta por la promoción de la salud.



- ❖ **Psicología clínica:** Es difícil diferenciar la salud clínica de la psicología de la salud puesto que muchos expertos sostienen que la de la salud incluye en la clínica, aunque el único aspecto que no contempla esta última es la prevención.



Control de actitudes.

Actitud: es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o des favorabilidad

Los objetos de actitud pueden ser concretos, abstractos, ideas, opiniones, conductas, personas o grupos, están relacionados con diferentes dominios de análisis de la Psicología Social: individual, interpersonal, grupal y social.



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

Cada uno de estos componentes pueden constituir la estructura que da origen a una determinada actitud, favorable o desfavorable, hacia un objeto.

-**Ambivalencia actitudinal**: los componentes no son consistentes entre sí.

❖ **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:

- a) Importancia de la actitud para esa persona
- b) Intensidad o extremosidad de su evaluación
- c) Conocimiento del objeto de actitud.
- d) Accesibilidad de la actitud (facilidad de activación de la actitud en la mente de la persona)



Origen de las Actitudes

Tienen sus raíces en el aprendizaje social, ya que se aprenden, se expresan y se modifican en contextos sociales. Sin embargo, también tienen una base biológica:

- Influencias biológicas: muchas actitudes pueden estar influenciadas por aspectos genéticos para favorecer la supervivencia
- Diferencias biológicas en el temperamento de cada persona también predisponen hacia determinadas actitudes.

❖ Medida de las actitudes

- ✓ Medidas explícitas: es explícita cuando se pregunta directamente a la persona, las actitudes se han medido mediante procedimientos de autoinforme.

-**Tipo Likert**: La persona manifiesta su grado de acuerdo o de oposición con una serie de enunciados. La medida de la actitud se obtiene a partir de la suma de todos los ítems.

-**Diferencial semántico**: Consiste en una serie de escalas bipolares definidas por dos características opuestas, una positiva y otra negativa, en las que se pide a la persona que señale un punto intermedio.

✓ **Medidas implícitas**:

a) Observación de conductas no verbales

b) Medidas fisiológicas

c) Medidas basadas en la latencia de respuesta.

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.

Las actitudes sesgan el procesamiento de la información porque:

a) Seleccionan lo que se procesa (atención)

b) La interpretación de lo que se procesa tiende a hacerse congruente con la actitud previa (percepción)

c) Tratamos de ignorar la información que es incongruente, por lo que la información congruente con las actitudes se almacena en la memoria que la incongruente.

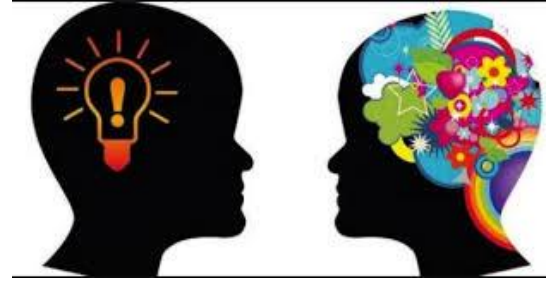
✚ **Función instrumental**: las actitudes pueden servir a la persona para obtener refuerzos o evitar castigos

✚ **Función defensiva del yo**: las actitudes también pueden contribuir a aumentar la autoestima.

✚ **Función expresiva de valores**: expresa públicamente actitudes que son centrales en su sistema de valores permite a la persona mostrar creencias que le sirven de principios generales.

Condicionamiento de las evaluaciones, aprendizaje e imitación.

Las actitudes se pueden formar y modificar por condicionamiento clásico. La investigación sobre condicionamiento de las actitudes, o condicionamiento evaluativo, demuestra que los procesos implicados no son exactamente iguales que los del condicionamiento clásico.



El condicionamiento evaluativo tiene las siguientes características:

1. a) Es duradero y resistente a la extinción
2. b) Puede producirse incluso con una única asociación
3. c) No es necesario que la persona sea consciente de la asociación n entre estímulo incondicionado y condicionado.

Información y educación sanitaria

- **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.



-Objetivo: promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país.

-Clases de financiamiento del sistema: suele diferenciar en torno al financiamiento que presentan:

- a) Privado
- b) Público
- c) Mixto

La idea es que todos los sistemas de atención sanitaria, cualquiera sea su política y financiación, practiquen y breguen por principios tales como la accesibilidad, la solidaridad, eficiencia, universalidad, eficacia y la ética.

Se encuentran integrados además por diversos subsistemas como son:

- Financiero
- Administración de recursos humanos
- Política y estructural.

Generación de hábitos para una vida sana

La salud física y psicológica se afectan mutuamente: mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para controlar el estrés, 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



El estilo de vida y costumbres que mantiene una persona, pueden ayudarnos a prevenir enfermedades, o, por el contrario, pueden constituirse en un factor de riesgo para la salud. Su importancia es muy grande ya que el estilo de vida representa, según distintos estudios, más de un 40% como factor determinante de salud.

Factores importantes relacionados con la salud:

- ✓ Alimentación
- ✓ Presencia o ausencia de hábitos tóxicos como el tabaquismo.
- ✓ Ejercicio físico
- ✓ Sueño y el descanso
- ✓ Estados emocionales positivos frente a los negativos (entre los que estaría el estrés prolongado)
- ✓ Cantidad y calidad de nuestras relaciones sociales

Bibliografía antología UDS