



Nombre de alumno:

Brando Jonathan Salas Najera

Nombre del profesor:

Ana Esteli Hidalgo Martinez

Nombre del trabajo:

Comportamiento y salud

Materia:

PSICOLOGIA Y SALUD

Grado:

1er cuatrimestre

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de diciembre de 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, tal es UNIVERSIDAD DEL SURESTE 99 el caso de redes, sectores, ministerios, instituciones especializadas y organizaciones que ostentan una concreta y específica función e influencia en el área de la salud de una nación. 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



Los sistemas sanitarios según se trate de una economía desarrollada o subdesarrollada. Por ejemplo, a instancias de un país con poco desarrollo y crecimiento en todo nivel, subdesarrollado, el sistema sanitario seguramente presentará deficiencias graves a la hora de resolver los problemas de salud de sus habitantes, y asimismo no podrá ofrecerles ni promoción ni mucho menos tratamientos, porque claro, lo que más falla en estos escenarios es la ausencia de aparatología destinada al diagnóstico y al tratamiento así como

también profesionales de la salud avezados, y también suele producirse una carencia en materia de insumos y medicamentos.



Pensemos en lo que está sucediendo hoy día en Venezuela, la tremenda crisis económica, política, y social que atraviesa dicho país del caribe ha disminuido a un nivel crítico la atención en materia de salud. No solamente escuchamos y vemos a los venezolanos quejarse por la falta de insumos en los hospitales sino también de la atención que reciben en los centros de salud. Muchos, incluso, están viajando a otros países de la región para hacerse atender de sus afecciones.



Una cara totalmente diferente es la que se presenta en los países desarrollados y que destinan grandes partidas presupuestarias al área de salud. Obviamente dinero que es bien aplicado y que llega a los lugares y manos que debe hacerlo para que el sistema sanitario sea bueno y pueda responder en todos los aspectos a las demandas de los pacientes.



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. A cambio el afiliado debe abonar mensualmente una cuota para poder obtener esa atención más bien personalizada, rápida, y en centros que le ofrecen mayor confort que los hospitales públicos, que como indicáramos, en los países con problemáticas en esta área se encuentran ciertamente devastados y faltos de mantención.

Control de actitudes.

“Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad” 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. Si clasificamos a una persona de acuerdo con alguna de sus actitudes, también inferiremos que tiene una serie de actitudes relacionadas. A una persona ecologista es fácil que le atribuyamos actitudes en contra de la fabricación de armas o en contra de la globalización.



“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 Cada uno de estos componentes pueden constituir la estructura que da origen a una determinada actitud, favorable o desfavorable, hacia un objeto. No es necesario que los 3 componentes estén separados o unidos en la valoración del objeto. Se puede tener la creencia de que el sushi es muy sano (componente cognitivo) pero no poder comerlo (componente afectivo). En este caso en el que los componentes no son consistentes entre si , decimos que las actitudes son ambivalentes. Se trata de una ambivalencia actitudinal.



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. Influyen en el procesamiento de la información, siendo esta influencia más potente cuanto más fuerte es la actitud. 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.



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 (fobia a las serpientes o afición por el dulce o las grasas). – Diferencias biológicas en el temperamento de cada persona también predisponen hacia determinadas actitudes, (deportes de riesgo) Sin embargo, no sólo los factores genéticos explican totalmente la formación de actitudes en un individuo, ya que los factores de socialización también intervienen. El efecto de mera exposición Este fenómeno es el aumento de la favorabilidad

hacia un estímulo inicialmente neutro al aumentar la exposición repetida al mismo. (la música que nos gusta más cuando la hemos oído repetidas veces)



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: mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para UNIVERSIDAD DEL SURESTE 107 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; y, con frecuencia, se come poco y/o mal ó se cae en la sobre ingesta, según las personas. – Aumenta el consumo de tabaco, en fumadores; de cafeína, colas...; y, 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, etc. Es decir, hacemos justo lo contrario de lo que convendría y todo esto aumenta el peligro que representa el estrés para nuestra salud física y psicológica. Nuestra organización del tiempo parece estar dirigida a solucionar lo urgente, descuidando lo importante. De hecho, en general, en

una situación de estrés tenemos la sensación de que no controlamos nuestra propia vida.



Salud y comportamiento: “Desde la noche de los tiempos, el comportamiento viene atravesando y sembrando el tejido de la vida cotidiana de la gente en un flujo ininterrumpido y ocupando el centro del proceso evolutivo de la especie.....es, en definitiva, el ingente esfuerzo instrumental por desarrollar el más amplio conjunto de habilidades y competencias apropiadas para la salud, el bienestar y la supervivencia”.

