



Nombre de alumno: Ingrid Del Rosario
Garcia Calderon

Nombre del profesor : Ana Esteli
Hidalgo



Materia: Psicología y Salud

Grado: 1°

Grupo: "B"

PSICOLOGIA DE LA SALUD

Información y Educación Sanitaria:

Permite la transmisión de información, fomenta la motivación de las habilidades personales y el conocimiento necesario para adoptar medidas dedicadas a mejorar la salud individual y colectiva. El sistema sanitario es una organización y el método por el cual se provee la atención sanitaria, el sistema sanitario se encuentra compuesto por aquellas organizaciones que se encargan de prestar servicios de tipo sanitario, entre ellos se encuentran los hospitales, profesionales especializados en la salud, médicos, enfermeras, centros de atención de salud y los servicios de salud pública entre otros. Los objetivos de un sistema de salud se alcanzan mediante el desarrollo de cuatro funciones básicas: la prestación de servicios, el financiamiento de dichos servicios, la recolección del dinero y la generación de recursos para la salud.

Control de Actitudes:

El control de actitud es el ejercicio de acciones para controlar la orientación de un objeto con respecto a un sistema de referencia intelectual u otra entidad, es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad, el papel de actitudes es muy importante en diversos procesos psicológicos en el que pueden estar relacionados con diferentes dominios de análisis de la psicología social ya sea: individual, interpersonal, grupal y social.

Generación de hábitos para una vida sana:

La relación entre los hábitos saludables y el estrés que padece una persona es interactiva, esto quiere decir que los hábitos y estrés son factores relacionados con la salud física y psicológica que se afectan mutuamente, al mantener un buen estado del cuerpo supone un gran recurso para controlar el estrés. Los hábitos o el estilo de vida y conductas que mantiene una persona, pueden ayudarnos a prevenir enfermedades, o por el contrario pueden constituirse en un factor de riesgo para la salud.

Existen diversas maneras de financiamiento y gestión de los sistemas sanitarios y aunque deberían ser comparados y diferenciados en función política, se suele diferenciar en entorno al financiamiento que prevalece, ya sea privado, público, mixto, esto quiere decir que es una mezcla de intereses públicos y privados o por entidades sin fines de lucro.



Las actitudes se basan en 3 tipos de componentes: Componente Cognitivo: este hace referencia a creencias y conocimientos, Componente Afectivo: este hace referencia a los sentimientos y emociones y por último Componente Conductual: este hace referencia a las experiencias en comportamientos anteriores.

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades, la Psicología suele estar asociada a Psicología Clínica: es decir al tratamiento de los problemas psicológicos, pero también la Psicología es la Ciencia del Comportamiento que por supuesto puede aportar muchos conocimientos y técnicas de intervención útiles relacionados con la salud.



La generación de hábitos para una vida sana: mantener hábitos saludables hacia nuestro cuerpo es importante ya que esto se evitan una gran cadena de afecciones a nuestro organismo y a nuestra mente, el estrés de la vida cotidiana es el principal factor del mal cuidado de nuestra integridad física y psicológica, ya le damos paso a una rutina inadecuada.

Nota:

Otra parte muy importante son las áreas de aplicación de la psicología de la salud constan de un nivel general fundamentado en cuatro espacios: promoción, prevención, evaluación - tratamiento - rehabilitación y análisis o mejora del sistema, también existen áreas de la medicina y de la psicología que se relacionan con la psicología de la salud que son: La primera es la Medicina Psicosomática: esta disciplina se centra en el tratamiento de la enfermedad, La segunda Psicología médica: esta estudia los factores psicológicos relacionados con la enfermedad y el tratamiento, esta se diferencia de la psicología de la salud en que esta pone la salud como objeto y la psicología médica lo hace como enfermedad, La tercera es Medicina Conductual: esta se centra en el tratamiento y rehabilitación de la enfermedad y la psicología de la salud apunta por la promoción de la salud y última es Psicología Clínica: esta 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 nos consepma esta última es la prevención.

