

# PSICOLOGIA Y SALUD

**NOMBRE DEL ALUMNO (A):** María Fernanda Sol Calvillo

**GRADO:** Primer Cuatrimestre

**CARRERA:** Lic. Enfermería

**DOCENTE:** Lic. Luis Miguel Sánchez Hernández

**ACTIVIDAD:** Mapa Conceptual

**FECHA:** 18/09/2020



# PRINCIPALES MODELOS TEORICOS DESDE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD



Este caracteriza a esta sociedad de la información y el conocimiento en la que estamos inmersos, esta teniendo efectos sobre la salud de las personas, nuevas enfermedades caracterizan a dicha sociedad; son aquellas ligadas al uso de las nuevas tecnologías y al acelerado ritmo de vida.

## ESTILO DE VIDA

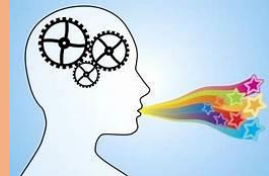
Las dos aproximaciones teoricas al concepto de salud de mayor influencia a lo largo del estudio de la salud son el modelo biomedico y el modelo biopsicosocial

Los modelos teoricos que presentare tienen como objetivo principal explicar la relacion entre las variables personales, sociales, etc. que intervienen en la adopcion y mantenimiento de un comportamiento saludable, o bien en la modificacion de un comportamiento de riesgo o no saludable.

## MODELOS Y TEORIAS EXPLICATIVAS DE LA SALUD

\*El modelo **Biomedico** considera que los problemas de salud son causados por factores biologicos, sin tener en cuenta los factores psicologicos y sociales.  
\*El modelo **Biopsicosocial** señala que es la interaccion de los factores biologicos, psicologicos y sociales el determinante principal de la salud y la enfermedad

## MODELOS CONCEPTUALES DE LA SALUD: MODELO BIOMEDICO Y MODELO BIOPSICOSOCIAL



Se trata de tecnicas o estrategias dirigidas a aumentar el conocimiento que la persona tiene sobre un determinado problema, comportamiento o situacion. Dentro de estas tecnicas se incluye la biblioterapia, el suministro de informacion y la orientacion; la mayor parte de las intervenciones psicologicas, y no solo las que derivan del modelo cognitivo-conductual, incluye un componente educativo en el que se proporciona informacion sobre el problema; a este componente de la intervencion se le denomina habitualmente psicoeducacion

## LAS PRINCIPALES TECNICAS DE INTERVENCION DESDE EL MODELO COGNITIVO-CONDUCTUAL

El nuevo medio crea nuevas formas de comunicacion entre sus usuarios, la informacion que se proporciona debe ser agil, visual, directa; los modelos teoricos que sirven de base de las intervenciones que se lleva a cabo en la red deben tener presente las caracteristicas particulares de este nuevo escenario: CARACTERISTICAS DEL USUARIO, AMBIENTE O CONTEXTO, LA APLICACION WEB, EL USO DE LA WEB, LOS MECANISMOS DE CAMBIO, EL CAMBIO EN EL COMPORTAMIENTO, LA MEJORA DEL SINTOMA, EL MANTENIMIENTO DEL CAMBIO.

INTEGRACION: INTERVENCION PSICOLOGICA EN LINEA. APLICACION DE LOS PRINCIPIOS TEORICOS Y DE LAS TECNICAS EN LA RED



## MODELO DE ACCION EN FAVOR DE LA SALUD

El modelo basado en estadios mas ampliamente utilizado en psicologia es el modelo transteorico de Prochaska y DiClemente, segun el TTM, el cambio de comportamiento se podria dividir en cinco estadios diferenciados:

- \*PRECONTEMPLACION
- \*CONTEMPLACION
- \*PREPARACION
- \*ACCION
- \*MANTENIMIENTO

La progresion de un estadio al siguiente no siempre es lineal, no siempre una persona se plantea dejar de fumar, lo prueba y lo consigue a la primera

## MODELO DE ESTADIOS

En este modelo se identifican siete estadios en el modelo seguido por una persona para cambiar una conducta, y que los autores explican como un proceso de adquisicion de precauciones para proteger la salud:

- 1-SIN CONCIENCIA DE RIESGO,
- 2-CONCIENCIA DE RIESGO,
- 3-INDECISO-RECONOCIMIENTO DE LA SUSCEPTIBILIDAD,
- 4-DECIDE NO ACTUAR,
- 5-DECIDE ACTUAR,
- 6-ACCION,
- 7-MANTENIMIENTO

El principal objetivo es explicae los mecanismos implicados en que el individuo se motive para el cambio y efectivamente realice este cambio y lo mantenga en el tiempo, afrontando los obstaculos o contratiempos que se pueda ir encontrando; en este modelo se distinguen dos fases muy diferenciadas: la fase motivacional que hace referencia a los factores que determinan la formacion de la intencion de cambio y la fase volitiva se refiere a los elementos implicados en la ejecucion y mantenimiento de la opcion.

## MODELO DE ADOPCION DE PRECAUCIONES



## MODELOS DE CONTINUUM

Segun esta teoria el factor principal que predice el cambio de conducta es la intencion de cambiarla, o sea la intencion representa la motivacion para realizar una determinada conducta; la intencion viene determinada por tres factores: las actitudes frente a la conducta, la norma social o subjetiva y el control de la accion

