

**Asignatura:**

Psicología y salud

**Docente:**

Luis miguel Sánchez Hernández

**Alumno:**

Manuel Alejandro Guzmán López

**Carrera:**

Lic. Enfermería

**1° semestre**

**Grupo:**

"A"

**Turno:**

Matutino

***Ensayo***

## Introducción

El envejecimiento es la parte final de una persona a la cual se refleja a la fatiga al hacer algún esfuerzo y el envejecimiento comienza alrededor de los 65 años y mayormente son propensos a muchas enfermedades por lo que sus defensas es tan muy bajas y en ocasiones ciertas enfermedades pueden ser fatal para una persona mayor la mayoría de las personas mayores sufren de cambios como en la estatura ,arugas en todo el cuerpo, cambio de humor y al caminar por que los huesos se deterioran con más facilidad por lo cual una simple caída tan mínima que nosotros veamos, para ellos podría ser fatal en ocasiones las de mayor edad tienen problemas con algunos organismos como lo más común es la pérdida de la audición ,la pérdida de la vista ,problemas urinarias y la más común es la pérdida de memoria por lo cual de dificulta acordarse de sus seres queridos o incluso olvidarse de su propio nombre o avisar que tengan una necesidad las personas de mayor edad requieren de muchos cuidados tanto físico como psicológico para que dicha persona no sea tan propenso a enfermedades

## Contenido

El bienestar no solo incluye con las personas de mayor edad implica a las demás personas con discapacidad o alguna enfermedad de distintas edades ya que pueden experimentar enfermedades prologadas y de larga duración en su vida como el asma que afecta a las personas de distintas edades para tener una larga vida ay que estar en un buen ánimo y estar en físicamente saludable

En algunas personas para que estén bien es importante saber y explicar sus emociones ya sea de dolor a de alguna ansiedad para que no afecte en sus capacidades.

La comprensión de cada persona es importante ya sea en un síntoma a alguna enfermedad para que se dé una solución para que no se vea tan afectado en su vida diaria.

### **Niños en las etapas sensorio-motora y pre operacional**

Cuando un bebe entra a los dos años lentamente intenta hablar y adquirir pensamientos por si solo a si como interactuar con los demás ya sea imitando lo que hace una persona

Los niños en etapa pre operacional tardan más en comprender o adoptar las opiniones o perspectivas de otras personas. esta capacidad es importante para poder empatizar con los demás, por lo que en ocasiones un niño en esta etapa no mostrara mucha conmiseración por un familiar enfermo.

### **Concepto de enfermedad**

Es importante que un niño vaya aprendiendo con el tiempo a responsabilizarse de su propia salud para evitar enfermedades como.

Fenomenismo: suele ser señales o un sonido que el niño ha asociado en algún momento estar enfermo

Contagio: la enfermedad suele provenir de una persona o un objeto que está cerca del niño, sin que lo toque.

### **Niños en la etapa de operaciones concretas**

Los niños con más de 7 años son incapaces de diferenciar entre cuerpo y mente, alrededor de los 11 años que alcanzan la adolescencia son capaces de pensar de forma lógica sobre los objetos y acontecimientos.

Los niños en esta etapa comprenden que las enfermedades pueden tener múltiples síntomas, y en ocasiones con sus propias acciones pueden provocar enfermedad

## **La adolescencia y el pensamiento en las operaciones formales**

Un niño a los 11 años alcanza a comprender y la mayoría puede comprender en ese momento la enfermedad en los órganos corporales o con las funciones corporales.

A la edad de 14 años muchas personas se dan cuenta de la idea que el cuerpo y la mente se interrelacionan entre sí.

La infancia es muy importante en nuestra vida ya con ello comprendemos sobre la salud y para el desarrollo de las actitudes.

En algunos adolescentes ya tienen más conocimiento sobre las enfermedades y así podrían cuidarse mejor.

## **Envejecimiento**

la mayoría de las personas mayores de edad no presentan ninguna enfermedad o incapacidad, pero incluso entre la minoría que vive sin problemas crónicas de salud física son comunes los episodios de enfermedades graves.

A medida que va aumentando los años de una persona es más propensa a enfermedades como pérdidas motrices y sensoriales

### **Envejecimiento y salud**

En algunos lugares sus poblaciones de mayor edad se consideran a partir de los 65 años o más esa es edad la mayoría fallece, pero hay personas mayores de edad que viven hasta más de 70 o 80 años de edad.

El 85 de las personas mayores de edad pueden experimentar algún tipo de enfermedad crónica.

La mayoría de las personas que al alcanzar la vejez sufrirán de varias enfermedades, pero eso se puede evitar yendo a revisiones y chequeos correspondiente para dicha persona prevención de las enfermedades.

### ***¿Qué es la psicología de la salud?***

La psicología intenta explicar y describir e incluso si es necesario intervenir para que siga un control en la persona afectada

La psicología en ocasiones intenta modificar los procesos mentales y comportamiento desde el lenguaje, la memoria, la atención y la percepción hasta en las emociones, la conducta social y la conducta saludable.

Mayormente los psicólogos usan métodos para saber que tiene una persona y así apoyar y darle recomendaciones para mejorar su vida y evitar otras consecuencias en su salud como.

- ▶ Se observa
- ▶ Se define un problema
- ▶ Recopilan los datos
- ▶ Analizan los datos
- ▶ Desarrollan una teoría
- ▶ Ponen a prueba su teoría siguiendo los datos

### ***¿Qué relaciona a la psicología con la salud?***

Algunas personas tienen creencias sobre la relación en la salud que implica lo psicológico ya que ay personas que muestran emociones respecto a su comportamiento por mantener su salud y superar cualquier enfermedad y en otras ocasiones no.

### ***Psicología de la salud y otros campos***

La psicología ha generado varios campos para distintos tratamientos como:

#### **Psicología medica:**

se encarga de trastornos subyacentes provoca algún síntoma que requiera tratamiento.

#### **Medicina conductual:**

se encarga del comportamiento como el miedo y la ansiedad.

#### **Medicina psicosomática:**

Se centra a la psicoanalítica de la enfermedad como el asma, las úlceras o las migrañas que estas enfermedades se reflejan al tener emociones reprimidas.

#### **Sociología medica:**

intenta comprender la enfermedad a partir de la sociedad que pueda afectar a la persona.

#### **Psicología de la salud:**

Esta constituido con factores biológicos, sociológicos, sociales y psicológicos implicando la etiología que trata a la prevención o tratamiento de las enfermedades

#### **Psicología critica de la salud:**

La psicología critica de la salud explica la salud, la enfermedad y las practicas sanitarias Profesionales y personales

## Conclusión

Algunas personas creen que al llegar la mayoría de edad son más propensos a enfermedades crónicas, pero en ocasiones hay personas que se enferman gravemente a aunque no lleven cierta edad para evitar enfermedades y que llevar una buena alimentación y sobre todo estar psicológicamente estable sin preocupaciones ya que al estar psicológicamente bien implica en nuestra vida, al estar psicológicamente bien hay más posibilidades de llevar una larga vida e incluso evitar enfermedades y también al ir a consultas o hacer un chequeo médico ayuda a cómo llevar una buena salud, como alimentarse sanamente o como balancear la comida y como vivir con menos preocupaciones y como solucionar esos problemas que nos afectan en la salud. También al ir con un psicólogo nos ayuda a mejorar la conducta el estado de humor y así decir nuestras preocupaciones y así nos podría dar una solución para evitar pensamientos negativos que podrían conducir a la muerte.

Bibliografía

Val Morrison y Paul Bennett

[www.pearson.co.uk/morrison](http://www.pearson.co.uk/morrison)