



Nombre del alumno: Eldha Madai Vázquez Hernández

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de trabajo: La psicología de la salud

Materia: Psicología y Salud

Grado: "1"

Grupo: (A)

CONTENIDO

- . Portada institucional
- . Introducción
- . Desarrollo
- . Conclusión

Introducción

La psicología de la salud pertenece tener sus orígenes en los años 70 siendo el proceso de salud-enfermedad de los seres humanos, en los últimos años ha ido evolucionando buscando nuevas estrategias para la prevención e intervención, la psicología de la salud es una especialidad de la psicología. Matarazzo (1980) contribuciones profesionales, científicas y educativas de la psicología esto al tratamiento de la enfermedad.

- . Bloom (1988) la psicología tiene que ver con el estudio científico de la conducta.
- . Holtzman, Evans, Kennedy e Iscoe (1988) la psicología de la salud se interesa en la relación biopsicosocial de la mente.

Todo los procesos de la psicología de la salud es un área que nos permite la aplicación de los metodológicos de otras áreas de la psicología es de gran función para cada área necesaria de las personas, aquí también se encuentra la prevención de riesgos de la enfermedad para evitar los riesgos que se pueda desarrollar pero casi no siempre es bien aceptado depende del carácter de la persona.

Alguno de las conductas son estas:

- . La clase y el entorno social que ejercen.
- . Las personas que realizan un cambio en su conducta de la salud.
- . Los estados emocionales suelen desencadenar conductas perjudiciales.
- . Las creencias sobre la salud que influyen en gran medida en los hábitos de la persona.

La psicología de la salud se dedica a entender las influencias psicológicas que afectan a la salud de las personas, porque se enferman y la manera de cómo responden cuando se enferman al saber que la salud no es solo la ausencia de enfermedad ,también engloba un equilibrio entre el bienestar físico ya que todo lo que reflejamos algunas veces no es lo que sentimos y ahí cambia toda la perspectiva de nuestra salud física ya todo esto se preocupa por la salud y bienestar de las personas por eso hay diferentes investigaciones en ciertos tiempos para poder mejorar y saber cómo analizas para la prevención de la enfermedad.

La psicología también abarca en el proceso de la salud de los niños para que desarrollen buenos hábitos de salud , es importante que lleven a cabo prácticas de ejercicio físico así pondrán a la práctica todo cuando se encuentren en una situación todo lo de la psicología de la salud nos ayuda

en gran manera para poder estar bien con uno mismo y así poder comprender un poco más de nuestro carácter, comportamiento y cuando tengamos emociones que no sabemos controlar todo, este procedimiento es para el bienestar de nuestra salud y todo lo que contiene este tema es para poder aprender un poco más de nuestra salud tanto físico como mentalmente y ponerlo a la práctica .

Se encarga de valorar todos los factores emocionales y también lo relacionado con la conducta de tal forma que todo esté en una mejor condición de nuestra vida, la relación con uno mismo y de todos los que nos rodea .

La psicología de la salud

La psicología de la salud es la suma de las contribuciones educacionales, se propone a construir las bases que son el fundamento de la psicología y la salud. En la historia de la interpretación del proceso de la salud se encuentra que en la forma que ellos pensaban que la enfermedad era un castigo de los dioses y no tenía cura con medicamentos solo con rituales oh otras formas que ellos acostumbraban, pero la escuela propuso que era por causa natural.

La psicología de la salud se interesa en el proceso del comportamiento, actitud y los procesos que puede ocurrir en un individuo ya que esto afecta la salud ya que pudo haber desarrollado ansiedad o depresión, la psicología se encarga de ver todos los procesos emocionales y con la conducta para poder tratar las enfermedades relacionadas, las tareas que hacen es evaluar al paciente tratar de comunicarse con ellos para poder ver si el paciente tiene algún malestar oh otros síntomas que puedan afectarle.

¿Qué objetivo tiene la psicología de la salud?

El objetivo es fundamentar la salud ya que en algunos casos necesitan ser tratadas por algún tipo de cambio que tenga que hacer la persona, tal vez en su cambio de hábito o actitudes. La ayuda de un psicólogo es muy importante para poder tener ayuda en caso de ser necesario ya que no todas las enfermedades necesitan medicamento.

Características de la psicología de salud

- 1.- La psicología de la salud se nutre respecto al interés del área de salud.
- 2.- la psicología de la salud estudia el comportamiento de la persona sana oh enferma.
- 3.- la psicología de salud se ocupa del comportamiento de los profesionales de salud.

En las funciones de la psicología de salud podemos encontrar lo que es la evaluación, diagnóstico, intervenciones, prevención administración y gestión todo esto nos ayuda de cualquier modo ya que se relaciona todo para poder tener mejor atención, y esto es lo que se dedica la psicología para poder ayudarnos en cualquier circunstancia que nos encontremos en el proceso de nuestras vidas, ya que la psicología nos ayuda a que nosotros nos podamos ayudar a entendernos y a

entender de todo lo que nos rodea para enseñarnos a nuestra conducta, nuestro razonamiento en nuestra vida.

La prevención de enfermedades

Las intervenciones de psicología de la salud pretenden a que se disminuyan las enfermedades y esto podemos decir que es la prevención primaria ya que si es detectado algún problema a tiempo es mejor para la salud de cada persona así no será difícil tener un procedimiento al momento de actuar sería el ámbito de las practicas psicológicas.

Prevención primaria: la prevención primaria no va hacia el paciente está dirigido a los planes de educación para la salud.

Intervención primaria: ante un problema deberá ser identificado y orientado para poder resolverlo.

Prevención secundaria: su principal objetivo es acompañar al paciente ayudándolo en el tratamiento sea físico o psicológico.

Intervención secundaria: la atención de salud mental es su lugar apropiado.

Prevención de tercer nivel: esta está relacionado con los problemas más graves incluye el tratamiento clínico.

Intervención de tercer nivel: investiga las actividades más importantes que intervienen de la salud.

Actividad para prevención terciaria:

- . Apoyar a los pacientes ingresados.
- . orientar a las familias de los pacientes.
- . Pasar consulta en coordinación.

Esto debe de tomar importancia ya que las recomendaciones nos pueden ser de mucha ayuda y así comprender un poco más de los profesionales de la psicología ya que en cada paciente tiene

reacciones muy diferentes, conforme a las diferentes etapas de cada persona la prevención es una actividad que se encaja en todos los niveles de salud.

Las recomendaciones acerca de la salud de un individuo como dice Dubos que las definiciones positivas de salud no hacen un estado si no un motivo talvez no se pueda medir el estado de salud de la persona pero que si se puede medir la capacidad.

El proceso salud-enfermedad

La disciplina psicológica con los temas de salud se orientó con los estudios y las enfermedades mentales desde los años 60 la psicología se ocupó del proceso de salud y dio aportes y ya que la psicología es un proceso muy necesario mucha gente tiene problemas ya sea de ansiedad, depresión o problemas que solo están en su mente que en realidad no tiene pero se sienten mal algunas razones son por tristeza o alguna preocupación con las que la psicología podría tratarlos.

La terapia psicológica además que nos ofrece cambios en las personas dan soluciones de manera profesional ya que en ocasiones tenemos problemas que no sabemos solucionar y es necesario acudir a terapias psicológicas, algunas personas tienen problemas con sus emociones y no saben controlarla ya que en nuestra vida pasamos por momentos algunas veces difíciles y no sabes cómo actuar para poder controlarlo y la terapia no es solo para dar consejos si no que es para ayudar a las personas.

Alguno de los probables cambios que requieran de una terapia son:

- . se sienten agresivos con cambios de humor.
- . no se controla las emociones.
- . surgen problemas físicos.
- . se siente incapacidad para resolver situaciones.

Estos son algunos de los casos que más se presentan en la vida de cada persona ya que no los podemos controlar así mismo y necesitamos de una ayuda profesional.

Conclusión

Todo lo que está en este tema está reflejado hacia nuestra salud, que cada punto que nos enseña la psicología de la salud es algo muy importante que debemos de saber para poder aplicar en nuestra vida nos abarca un tema muy específico para la vida de cada individuo como físico y mental, como se fue creando cada parte y función de la psicología de la salud nos damos cuenta que fueron por cada tiempo en específico para poder lograr un mejor conocimiento y así podremos tener mejor ayuda profesional para alguna situación ya sea por emociones o situaciones como depresión por alguna situaciones que estemos viviendo .

Nos enseña como es el proceso de la prevención de la enfermedad y concluye que la psicología de la salud constituye una excelente alternativa para poder comprender los mecanismos de la salud y las enfermedades como antes mencionado y también como podemos manejarlo mejor.

En conclusión todo lo del tema me será útil para poder entender mejor que la psicología de la salud es importante llevarlo a la práctica todo el proceso para tener conocimiento, y me será de mucha ayuda para la materia y al término de este trabajo de investigación puedo comprender las diferentes circunstancias de cada persona y haber podido observar porque son las causas y como se da o como se va formando por la salud de cada uno y gracias a las investigaciones que se va dando y cada proceso hay más conocimiento y que esto tiene mayor expresión en la salud mental y que cada uno tiene un conocimiento apropiado para encajar de manera que todos los profesionales puedan ejecutar la mayor parte en conocimientos.

LIBRO UDS: (libro UDS, 2018)

libro UDS. (2018). <http://www.ub.edu/iasc/content/t1.31-el-objeto-de-estudio-de-la-psicolog%>.
chilepsicologos: Albores.

Fundamentos y aplicaciones (redalyc, 2010)

libro UDS. (2018). <http://www.ub.edu/iasc/content/t1.31-el-objeto-de-estudio-de-la-psicolog%>.
chilepsicologos: Albores.

redalyc. (2010). <https://www.researchgate.net-publication/2.63542791-psicologia-de-la-salud-fundamentos>. México: publicación /2.