

# UUDS

PASIÓN POR EDUCAR



**Nombre del alumno:** *Lourdes Margarita Pérez Arellano*

**Nombre del profesor:** *Luis Ángel Galindo Arguello*

**Nombre del trabajo:** *Cuadro sinóptico u4*

**Materia:** *Psicología y Salud*

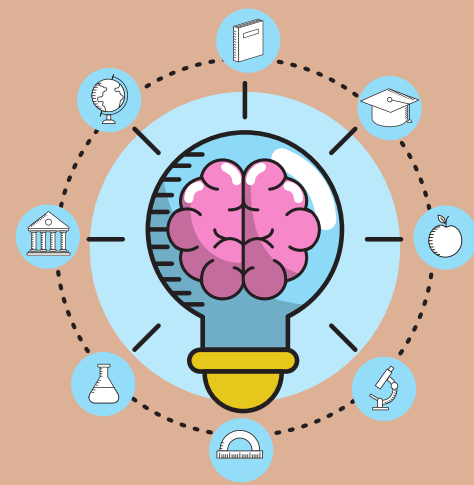
**Grado:** *Primer cuatrimestre*

**Grupo:** *"A"*

*Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Noviembre de 2021.*

PASIÓN POR EDUCAR

# ÁREAS DE APLICACIÓN



## 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.

La misión primordial que cumple el sistema sanitario de una nación, es la promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país. La misión primordial que cumple el sistema sanitario de una nación, es la promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país.

## Control de actitudes.

“Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad” 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

Las actitudes se pueden formar y modificar por condicionamiento clásico.

## Generación de hábitos para una vida sana

Mantener un buen cuidado del cuerpo supone un gran recurso para 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 o 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.

## Disminución del impacto de la Enfermedad.

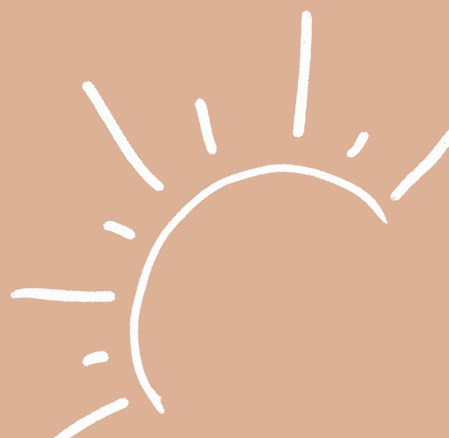
La necesidad de prever y comprender la relevancia de las enfermedades crónicas y de intervenir urgentemente contra ellas es una cuestión cada vez más importante. Para ello es preciso que los dirigentes nacionales que están en condiciones de reforzar las actividades de prevención y control de las enfermedades crónicas, así como la comunidad de salud pública internacional, adopten un nuevo enfoque.

## Prevención de Recaídas.

La prevención de recaídas se centra en identificar, analizar y discutir con la persona, las posibles dificultades y contratiempos que podrían entorpecer la evolución adecuada de su problemática. En este sentido, se busca fortalecer al paciente con estrategias específicas para afrontar posibles situaciones difíciles. Para ello, independiente del motivo de consulta presentado (sea este un problema adaptativo, dificultades para gestionar la ansiedad, problemas de autoestima, problema de adicción, etc.) una parte importante consiste en concienciarnos y aceptar la posibilidad de encontrarnos con complicaciones.

## Apoyo a los familiares del paciente.

Médicos y enfermeras permanecen en contacto continuo con el paciente y familia al principio y final de la vida, estableciéndose relaciones entre el personal de la salud, los pacientes y sus familiares, quienes esperan encontrar en el equipo de salud el apoyo y la comprensión para enfrentar angustias y sentimientos presentes y futuros relacionados con los confines de la vida. Se han desarrollado diferentes áreas de acción en el trabajo social hospitalario que es la relación, paciente-familia y una subespecialidad es el trabajo social en tanatología que surge para la intervención enfermo-familia.





Información y educación sanitaria

Disminución del impacto de la enfermedad



Control de actitudes

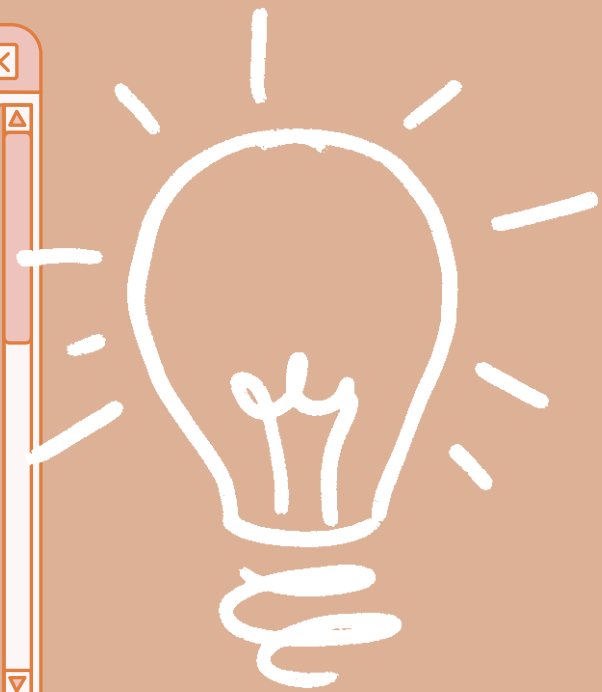
Apoyo a los familiares del paciente



Generación de hábitos para una vida sana



Imágenes



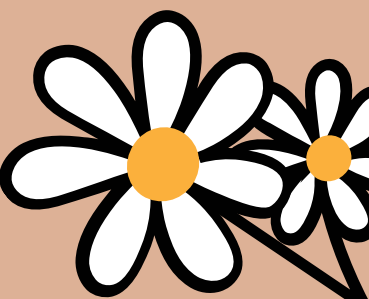
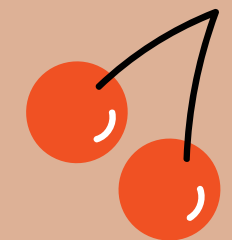
# CONCLUSION

STIAN

Puedo concluir el tema que son diversos temas pero que la mayoría tiene enfoque en las áreas de aplicación que son 4 la promoción, prevención, evaluación, tratamiento y rehabilitación que serán de gran ayuda para la previsión o detectar alguna enfermedad o dar promoción para evitar esas enfermedades y si no puede prevenirse, hacer una evaluación de esta y darle un mejor tratamiento y así el paciente llegue a tener una calidad de vida.

Así pues, la importancia de valorar a los pacientes y poder generar una disminución del impacto en alguna enfermedad detectada, o desde antes poder inculcarles un tipo de vida saludable.

de tal forma estos temas tienen pues demasiada relación ya que la mayoría quiere prevenir las enfermedades y que haya personas más sanas.



# BIBLIOGRAFÍAS

- U.D.S. (2021d, septiembre 6). Antología Psicología y Salud. Plataforma educativa UDS.  
Recuperado 29 de noviembre de 2021, de  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8383ff9d3ef75ae668b872da93117697e-LEN%201%C2%B0%20-%20Psicolog%C3%ADa%20y%20Salud.pdf>
- Publicado por Pilar Barbado. (2016, 20 abril). Hábitos saludables y estrés. Nexo Psicología Aplicada.  
<http://www.nexopsicologia.com/articulos/habitos-saludables-estres>

✧ Peace,  
Love, &  
Joy ✧

