



**Nombre de alumno: Marlen Lara Ortiz**

**Nombre del profesor: Luis Angel Galindo**

**Nombre del trabajo: Super nota**

**Materia: Psicología y Salud**

**Grado: 1**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grupo: B**

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Enero de 2020.

# INFORMACIÓN Y EDUCACIÓN SANITARIA

se encuentra compuesto por 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, funcionarios, centros de atención de salud y los servicios de salud pública y también por aquellos otros actores, tal es el caso de redes, sectores, ministerios, instituciones especializadas y organizaciones que ostentan una concreta y específica función e influencia en el área de la salud de una nación.

La enfermera, es el profesional que a través de sus cuidados, promueve, conserva o restablece el equilibrio en las interacciones entre seres humanos y el medio ambiente, lo que constituye un estado de bienestar.

## COLECTIVOS PRINCIPALES OBJETO DE EDUCACION SANITARIA



**1. PERSONAS MAYORES.**  
Personas Mayores con demencias, dependencias funcionales, pluripatologías. Y con alteraciones motoras, cognitivas y sensoriales.

**2. PERSONAS CON DISCAPACIDAD.**  
Personas discapacitadas en proceso de rehabilitación, con retraso mental sin posibilidad de recuperación, grandes discapacidades sin posibilidad de recuperación.

**3. PERSONAS CON ENFERMEDADES QUE TIENDEN A EVOLUCIONAR A CRONICAS.**  
Personas con SIDA, con patología neurológica con patologías de órganos.

**4. ENFERMOS TERMINALES.**  
Cáncer, enfermedades de motoneurona, insuficiencia orgánica específica.



# CONTROL DE ACTITUDES.

La valoración de un objeto de actitud depende de varios factores. Los objetos de actitud pueden ser concretos, abstractos, ideas, opiniones, conductas, personas o grupos.



¿Qué son las Actitudes?

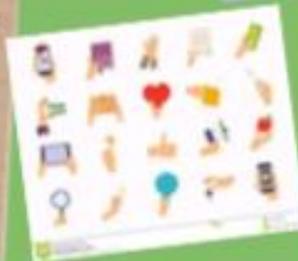
"Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad"

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

La intensidad o fuerza de una actitud depende de las siguientes variables:



1. a) Importancia de la actitud para esa persona 2. b) Intensidad o extremosidad de su evaluación 3. c) Conocimiento del objeto de actitud 4. d) Accesibilidad de la actitud (facilidad de activación de la actitud en la mente de la persona)



# GENERACIÓN DE HÁBITOS PARA UNA VIDA SANA.

La relación entre los hábitos saludables y el estrés que padece una persona es interactiva; es decir, hábitos y estrés son factores relacionados con la salud física y psicológica que se afectan mutuamente



Los hábitos, es decir, el estilo de vida y costumbres que mantiene una persona, pueden ayudarnos a prevenir enfermedades, o, por el contrario, pueden constituirse en un factor de riesgo para la salud.



En períodos prolongados de estrés, tendemos a cuidarnos menos:

Se dedica poco tiempo a las conductas relacionadas con alimentarse bien; y, con frecuencia come poco y/o mal o se cae en la sobre ingesta.

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.  
Se descuidan las relaciones sociales, etc.

Su importancia es muy grande ya que el estilo de vida representa, según distintos estudios, más de un 40% como factor determinante de salud.

Frente a al estrés, intentemos tomar las riendas, hasta donde sea posible, sobre nuestra salud y nuestra vida.



# ***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.



Como primer paso, es fundamental comunicar los conocimientos y la información más recientes y precisos a los profesionales sanitarios de atención directa y al público en general.

## **Un problema con graves repercusiones**



La carga de enfermedades crónicas:  
tiene serios efectos adversos en la calidad de vida de los individuos afectados;  
es causa de muertes prematuras;  
tiene efectos económicos importantes y subestimados en las familias, las comunidades y la sociedad en general.



# Prevención de Recaídas.



Cualquier problemática o enfermedad posee igualmente su curso particular, requiriendo por lo tanto, un tratamiento específico, con la aplicación de estrategias concretas, y con aproximadamente un número de sesiones determinado.

Para facilitar el mantenimiento de los resultados a largo plazo es imprescindible dedicar una cierta cantidad al trabajo de la prevención de recaídas, junto al seguimiento de la evolución de la persona tras la finalización del tratamiento.

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.



Se busca fortalecer al paciente con estrategias específicas para afrontar posibles situaciones difíciles

Superar estos baches forma parte de la mejora y ayuda a fortalecer los mecanismos de afrontamiento aprendidos. deberemos estudiar aquellos aspectos que han permitido o facilitado que la persona mejorara, procurando desglosar y especificar todos sus componentes, y asegurándonos de que el paciente haya comprendido y aplicado correctamente los métodos propuestos.



# 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.



Probablemente, la UCI es el lugar de los servicios sanitarios donde los familiares sufren más y donde los deseos de los familiares implican contacto con el paciente y con los profesionales.



La labor del profesional de la salud, cuando se enfrenta a situaciones de pérdida significativa, consiste en orientar saludablemente el duelo acompañar a la persona en duelo (incluyendo al paciente terminal).

La enfermera intensivista deberá cuidar al unisono a la persona que está hospitalizada en la UC y a sus familiares como un solo núcleo de cuidado, lo que facilita a éste comprender las dificultades socio emocionales surgidas en el grupo familiar como una totalidad

## DUÉLLO:

Complejo proceso normal que incluye respuestas y conductas emocionales, físicas, emocionales, sociales e intelectuales mediante las que las personas, familias y comunidades incorporan en su vida diaria una pérdida real, anticipada o percibida.



## Afrontamiento:

hacer cara a un problema o situación comprometida. Los enfermeros adquieren un papel relevante en la atención a los familiares, por su permanencia junto a los pacientes.



## Bibliografía

PLACERES, D. M. (Agosto de 2014). *SciELO*. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-30032014000200001](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032014000200001)

Roldan, S. (26 de Noviembre de 2021). *SCRIBD*. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/207531963/Control-Actitud>