



**Nombre de alumno: Mario Alberto
Velasco Vazquez**

**Nombre del profesor: Luis Angel
Galindo**

Nombre del trabajo: Super nota

Materia: Psicología y Salud

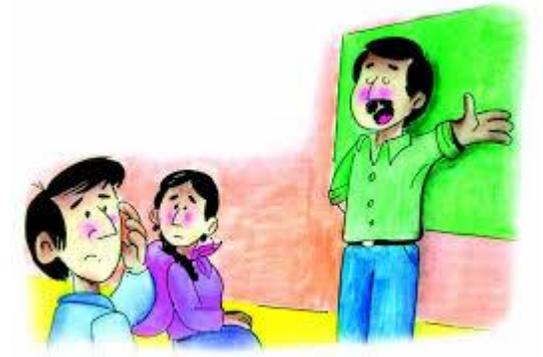
PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 1

Grupo: B

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 y concretan y específica función e influencia en el área de la salud de una nación



Colectivos principales
objeto de educación
sanitaria

Las enfermeras 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

Educación para la salud

Personas mayores.
Personas mayores con
demencias, dependencias
funcionales,
pluripatológicas. Y con
alteraciones motoras
cognitivas y sensoriales

Personas con enfermedades que tienden
a evolucionar a crónicas.
Personas con SIDA, con patologías neurológicas
con patologías de órganos.
Enfermedades terminales .
Cancer, enfermedades de moto neurona,
insuficiencia orgánica específica.

Personas con discapacidad.
Personas discapacitadas en proceso de
rehabilitación, con retraso mental sin
posibilidad de recuperación, grandes
discapacidades sin posibilidad de
recuperación



Control de actitudes



Que son las actitudes?

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

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.

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

Componente cognitivo: creencias y conocimientos.
Componente afectivo: sentimientos y emociones.
Componente conductual: experiencias en comportamientos anteriores.

1. Importancia de la actitud para esa persona.
2. Intensidad o extremosidad de su evaluación.
3. Conocimiento del objeto de actitud.
4. Accesibilidad de la actitud (facilitación de evaluación de la actitud en la mente de la persona).



Generación de datos 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.

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

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



La vida sana y el deporte

En periodos prolongados de estrés, tendemos a cuidarnos menos.

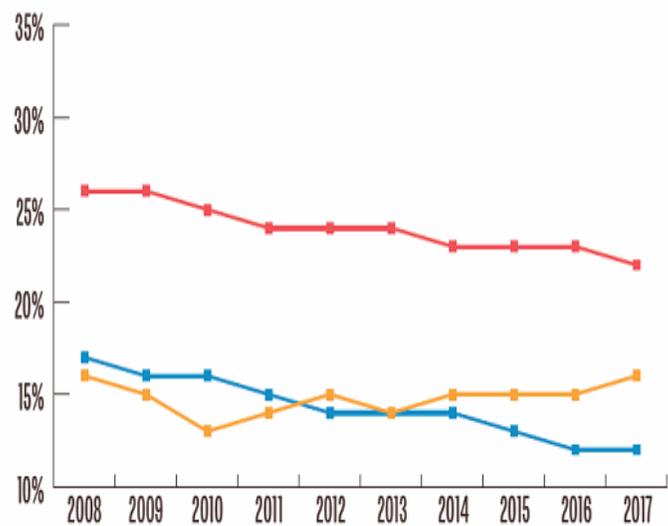
Se dedica poco tiempo a las conductas relacionadas con alimentarse bien; y con frecuencia come poco y/o mal o se cae en la sobre ingesta.
Aumenta el consumo de tabaco, en fumadores; de cafeína, colas y en algunos casos, de alcohol u otras sustancias.
Se altera el sueño y disminuye los tiempos de descanso.
Se abandona el ejercicio físico.
Se descuidan las relaciones sociales, etc.

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.

Un problema con graves repercusiones

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



● Enfermedades ● Insuficiencia cardíaca ● Infarto agudo de miocardio

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 impredecible 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 posibilidades 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. Debemos 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 al 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 implican contacto con el paciente y con los profesionales.



La labor 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 el paciente terminal).

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



Afrontamiento:
Hacer cara a un problema o situación comprometida. Las enfermeras adquieren un papel relevante en la atención a los familiares, por su permanencia junto a los pacientes.

Bibliografía

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

Antología escolar

<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/sobrellevar/apoyo-a-quien-cuida>