



Nombre de alumno:

Cinthia Valeria Peralta Arguello.

Nombre del profesor:

LIC.Luis Angel Galindo Arguello .

Nombre del trabajo:

psicología y salud unidad 1 y 2

Materia:

psicologia y salud

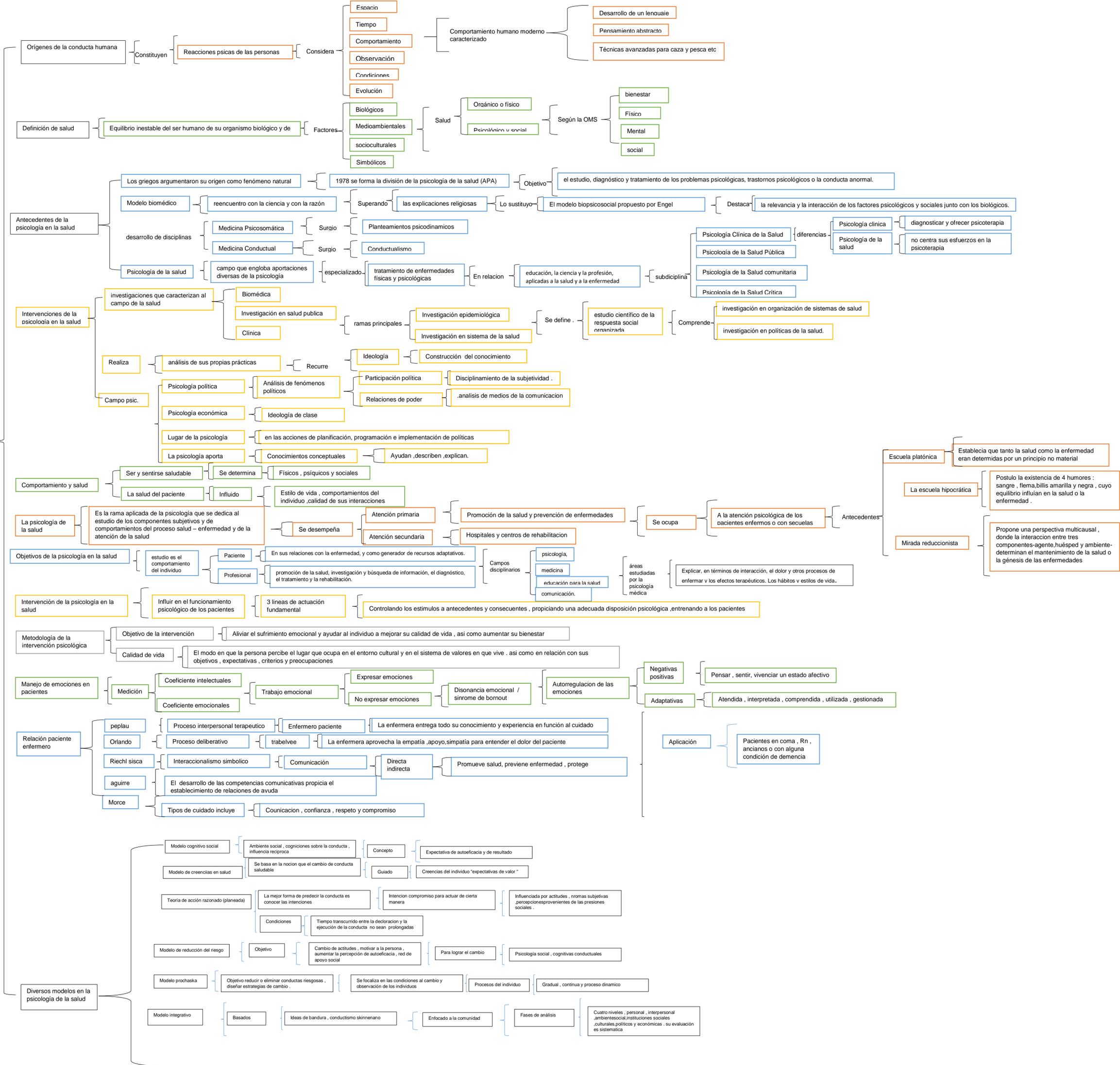
Grado:

1er cuatrimestre

Grupo:

LEN10SSC0121-A

Psicología y salud .
Unidad 1
y 2



CONCLUSION

Después de conocer un poco más a profundidad lo que es psicología y salud comprendimos que cada vez más se demuestra la evidente relación que existe entre comportamiento, salud y enfermedad, es decir, las personas gozan de salud y padecen de enfermedad por la calidad de sus cogniciones, emociones y conductas.

Abordamos los antecedentes y evolución de la psicología de la salud, incluyendo sus respectivas definiciones, así como los modelos biopsicosocial que lo caracteriza.

Se describen evidencias sobre la estrecha relación que existe entre comportamiento y salud, y para tener una mejor comprensión de la salud y la enfermedad, así como los patógenos e inmunógenos comportamentales.

Se describe a detalle los comportamientos que promueven salud, calidad de vida y desarrollo.

También analizamos las áreas con las que se relaciona la psicología de la salud, las principales aplicaciones en salud y enfermedad, el ámbito de la psicología hospitalaria y la percepción personal que tiene.

El área de la psicología contemporánea más propicia para estudiar los procesos psicológicos de la salud y de la enfermedad es la psicología de la salud.

El papel de los psicólogos y enfermeros o personal del área de la salud está en el diseño de instrumentos para medir las conductas de riesgo para la salud, en la creación de programas de prevención y promoción de la salud y en el desarrollo de estrategias de intervención para el manejo de los aspectos psicológicos de la enfermedad.

Los aspectos contemporáneos de la nutrición balanceada, la práctica regular de ejercicio, la calidad del sueño, el pensamiento racional, las emociones positivas y las calidas relaciones interpersonales, tienen un impacto significativo en la salud.

Conocimos los orígenes de la conducta humana, los campos de aplicación de la psicología, vimos la importancia y que tanto llega a influir en el ser humano, las diferencias de campos de la psicología, y las referencias de cada uno de ellos, la importancia de la confianza, empatía, respeto al momento de estar con un paciente y conocimos la definición de salud y las distintas teorías de salud, de acuerdo a creencias.

Y para finalizar el trabajo conocimos los diversos tipos de modelos en la psicología de la salud y en que se abarca cada uno de ellos.

Se concluye que la psicología de la salud constituye una excelente alternativa para comprender los mecanismos de la salud y la enfermedad en lo que se refiere sus componentes psicológicos.

Bibliografía

OBLITAS, L. (2006). *PSICOLOGIA DE LA SALUD*. MEXICO : PLAZA Y VALDEZ .

[*antologia psicologia y salud.pdf](#)

OBLITAS , L. (2007) ENCICLOPEDIA DE PSICOLOGIA DE LA SALUD . COLOMBIA : PSICOM