



Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: Yaneri Vázquez Torres

Nombre del tema: Tema 4.1 al 4.3

Parcial: Cuarto

Nombre de la Materia. Psicología de la salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Primero

INFORMACIÓN Y EDUCACIÓN SANITARIA

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, independientemente de por quien este manejado, gestionado o administrado, es la promoción, mantenimiento y restauración de la salud de su país.



Clases del financiamiento del sistema



los sistemas sanitarios se encuentran integrados además por diversos sub sistemas como son: el financiero, la administración de recursos humanos, política y estructural.

En la mayoría de los países desarrollados y aún en aquellos que se encuentran en vías de ello, la asistencia sanitaria, se provee a todos los individuos, sin distinciones, respecto de sus capacidades de pagar o no, aunque, de todas maneras, resulta ser una realidad corriente y lamentable, especialmente en los países subdesarrollados.

Salud Privada

Así es que los sistemas prepagos de salud nacen en estos lugares para contrarrestar la deficiencia que presenta el sistema sanitario regulado y financiado por el estado.

A cambio el afiliado debe abonar mensualmente una cuota para poder obtener esa atención más bien personalizada, rápida, y en centros que le ofrecen mayor confort que los hospitales públicos, que como indicáramos, en los países con problemáticas en esta área se encuentran ciertamente devastados y faltos de mantención.



CONTROL DE ACTITUDES

Definiciones.

El papel de las actitudes es muy importante en distintos procesos psicológicos que están relacionados con diferentes dominios de análisis de la Psicología Social: individual, interpersonal, grupal y social.

Definición de actitud: "Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o des favorabilidad"



Bases de las actitudes



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.

No es necesario que los 3 componentes estén separados o unidos en la valoración del

objeto. Se puede tener la creencia de que el sushi es muy sano (componente cognitivo) pero no poder comerlo (componente afectivo). En este caso en el que los componentes no son consistentes entre sí, decimos que las actitudes son ambivalentes. Se trata de una ambivalencia actitudinal.

El conjunto de las valoraciones que se hacen de un objeto constituye la evaluación final que hemos definido como actitud.

Medidas explícitas

Tradicionalmente las actitudes se han medido mediante procedimientos de autoinforme.

Tipo Likert: La persona manifiesta su grado de acuerdo o de oposición con una serie de enunciados. La medida de la actitud se obtiene a partir de la suma de todos los ítems.

Diferencial semántico: Consiste en una serie de escalas bipolares definidas por dos características opuestas, una positiva y otra negativa, en las que se pide a la persona que señale un punto intermedio.

Hay temas difíciles de medir ya que las personas tienden a responder en función de lo aprobado socialmente (cuestiones sobre inmigrantes o sobre igualdad de géneros). En estos casos se emplean procedimientos que impiden que los sujetos sean conscientes del objetivo de medida de la investigación. Para medir este tipo de actitudes se utilizan medidas implícitas:

a) Observación de conductas no verbales

b) Medidas fisiológicas

c) Medidas basadas en la latencia de respuesta.



GENERACIÓN DE HABITOS PARA UNA VIDA SANA

Definición

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: 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.



Salud y comportamiento



La ciencia y la tecnología han favorecido unas comodidades inimaginables hace unos cientos de años y las ciencias biomédicas, en continua evolución, han logrado que los ciudadanos de las sociedades desarrolladas tengan una esperanza de vida muy por encima de la de siglos pasados. 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, más de un 40% como factor determinante de salud.

Salud y comportamiento

Multitud de estudios de diferentes países apuntan a los mismos factores: la alimentación; la presencia/ausencia de hábitos tóxicos como el tabaquismo; el ejercicio físico; el sueño y el descanso; los estados emocionales positivos frente a los negativos (entre los que estaría el estrés prolongado) y la cantidad/calidad de nuestras relaciones sociales. Estos son los factores más importantes relacionados con nuestra salud y dependen, al menos en parte, de nuestro control. Algunos estudios añaden a estos factores que hemos citado la importancia de mantener una motivación por algo que trascienda a uno mismo: actividades altruistas (cuidado de familiares u otras personas queridas, voluntariado...) y profesionales dirigidas a logros que suponen una gran gratificación o reto para la persona.

