



Nombre del Alumno: Fernanda Paribanu Jiménez García

Parcial :4

Nombre de la Materia: Psicología y salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: I

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, funcionarios, centros de atención de salud y los servicios de salud pública.



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.

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



La 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

“Es una tendencia psicológica expresada evaluando un ente determinado con cierto grado de favorabilidad o desfavorabilidad”. Los objetos de actitud pueden ser concretos, abstractos, ideas, opiniones, conductas, personas o grupos. 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.



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)



El condicionamiento evaluativo tiene las siguientes características:

1. a) Es duradero y resistente a la extinción
2. b) Puede producirse incluso con una única asociación
3. c) No es necesario que la persona sea consciente de la asociación entre estímulos incondicionado y condicionado.

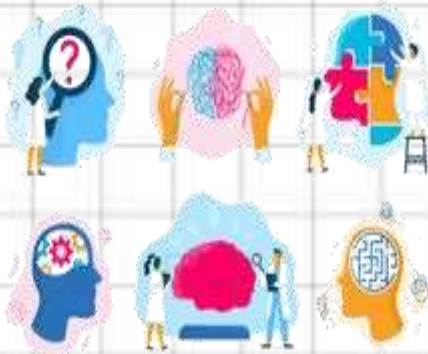
Generación de hábitos para una vida sana

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.



La Organización Mundial de la Salud (OMS) mantiene esta definición hace ya bastantes años: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».

La Psicología suele ir asociada a Psicología Clínica; es decir, al tratamiento de los problemas psicológicos, pero la Psicología es la Ciencia del Comportamiento y, por supuesto, puede aportar muchos conocimientos y técnicas de intervención tremendamente útiles relacionados con la salud.



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.

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

