



**Nombre de alumnos: Yessica de la Cruz Gómez Bernal**

**Nombre del profesor: Liliana Villegas López**

**Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico**

**Materia: Psicología y Salud**

**Grado: 1°**

**Grupo: A**

## Origenes de la conducta humana

Constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantiene el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad. Es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente.

El estudio de la conducta indaga la evolución de ciertas etapas formativas en el individuo, como la infancia o la adolescencia, y va unido al estudio del desarrollo físico desde el nacimiento hasta la muerte.

Cuando hablamos de conducta, apuntamos, primeramente, a las actividades claras y evidentes observables por los demás: su caminar, hablar, testicular, su actividad cotidiana, lo que se le denomina conducta evidente por ser extremadamente observable.

La conducta humana viene dada por reacciones adaptivas a los estímulos ambientales. Existen factores influyentes, como son los factores biológicos y los factores de socialización, refiriéndose a la influencia de la familia, los amigos y la sociedad en el comportamiento del individuo.

## Definición de salud

Concepto de salud se refiere a un equilibrio inestable del ser humano, de su organismo biológico y su cuerpo, en relación con factores biológicos, medioambientales, socioculturales y simbólicos.

Las respuestas escogidas por el ser humano ante esos estímulos externos o internos son múltiples y variadas de acuerdo a sus propias capacidades.

“la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de afecciones y enfermedades”. La salud es una manera de vivir cada vez más autónoma, solidaria y gozosa, así como un aumento de la responsabilidad de los individuos de la comunidad sobre su propia salud.

La preocupación por los otros y por el entorno vendrá recogida en el término solidaria, mientras gozosa recupera el ideal de una visión optimista de la vida, las relaciones humanas y la capacidad para disfrutar de sus posibilidades.

# Psicología y salud conceptos

## Antecedentes de la psicología en la salud

Desde la antigüedad, la humanidad se ha preocupado por la salud y la enfermedad. En un principio se creía que esta última estaba influenciada por fuerzas espirituales. Los griegos fueron los primeros en argumentar su origen como fenómeno natural.

A partir de la segunda guerra mundial se fueron consolidando las áreas de la psicología clínica de su salud mental, los psicólogos se percatan que la salud física se daba en concordancia con la salud mental. La psicología clínica es un campo que tiene como objetivo el estudio diagnóstico y tratamientos de los problemas psicológicos, trastornos psicológicos o la conducta anormal.

La psicología de salud: la psicología clínica de la salud, la psicología de la salud pública, la psicología de la salud comunitaria, psicología de la salud crítica, dirigida a las desigualdades sociales relacionadas con la salud.

## Intervencion de la psicología en la salud

Se puede observar que las investigaciones que caracterizan al campo de la salud pueden ser de tres tipos: a) bioética, b) investigación en salud pública y c) clínica.

A su vez la 2 últimas se subdividen en 2 ramas principales: la investigación epidemiológica y la investigación en sistema de salud. Por tanto, se puede (definir a la investigación en sistemas de salud como el estudio científico de la repuesta social organizada a las condiciones de salud y enfermedad en las poblaciones). Esta investigación en organización de sistema comprende dos categorías: investigación en organización de sistema de salud e investigación en política de salud.

## *Comportamiento y salud*

Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Sin embargo, la salud se equipara con frecuencia a la ausencia de enfermedad según la autora del artículo. Pero las principales causas de muerte están relacionadas con actividades voluntarias de la persona.

La salud hoy en día es un valor social en alza; en recientes estudios longitudinales se aprecian su incremento progresivo, mientras que otros valores como el civismo o los derechos de la mujer, están declive.

Se habla de crisis de los sistemas de salud, y este como es bien sabido, en las últimas décadas se ha producido un estancamiento del indicador más robusto de salud, la mortalidad, en parte porque todos esos logros no parecerían estar sino muy relativamente con las tres grandes causas actuales de muerte: los padecimientos cardiovasculares, el cáncer y los accidentes automovilísticos.

## *La psicología de la salud*

Es una rama de la psicología cuyo objetivo es el análisis de las conductas y los estilos de vida personales que pueden afectar a la salud física.

La psicología de la salud involucra la aplicación de principios de la psicología en áreas relacionadas con la salud física (descanso de la tensión arterial, control del colesterol, disminución de estrés, alivio del dolor, abandono del tabaco, moderación de comportamiento de riesgos).

Potenciación de conductas saludables (ejercicio, chequeos médicos y dentales, y otras conductas seguras).

La psicología de la salud está relacionada con la medicina conductual y la salud conductual.