

## **cuadro sinóptico**

**Nombre del alumno: MARCOS MENDOZA MARTÍNEZ**

**Nombre del profesor: María del Carmen Briones Martínez**

**Nombre del trabajo: cuadro sinóptico**

**Materia: psicología y salud conceptos**

**Grado: 1°**

**Grupo: A**

Frontera Comalapa Chiapas a 12 de septiembre de 2021.

Psicología y salud conceptos

Objetivo El objetivo de la psicología es estudiar el comportamiento humano, pero enténdase bien que damos a este término un sentido muy alto, es decir, que mediante él entendemos y englobamos todas las actividades de los individuos. El grupo de fenómenos específicos que son investigados por la psicología puede distinguirse clara y exactamente de otros fenómenos: son nuestras percepciones, pensamientos, sentimientos, nuestras aspiraciones, intenciones, deseos, etc., es decir, todo lo que forma el contenido interno de nuestra vida y lo que, poco más o menos, nos es dado como experiencia. La psicología se justifica como una ciencia gracias a los métodos y técnicas que ha adoptado a lo largo de su evolución.

Orígenes de la conducta humana Las conductas humanas, constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad. La conducta del individuo, cuando se considera en un espacio y un tiempo determinado se conoce como comportamiento. La mayoría de los psicólogos de hoy acuerdan en que el objeto propio de las ciencias psicológicas es la conducta humana. La conducta humana viene dada por reacciones adaptativas a los estímulos ambientales. La psicología estudia la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones. Pero son dos las que han logrado revivir el debate sobre el origen del comportamiento humano moderno: dos piezas de ocre rojo, grabadas con cruces geométricas. Según el investigador, las piezas fueron grabadas intencionalmente, y tienen un diseño geométrico y abstracto. En otras palabras, son obras de arte. Sin que nadie le reste importancia al descubrimiento, una duda permanece: ¿Por qué no se han encontrado piezas similares en los cerca de 30 sitios arqueológicos de la misma época que se han localizado en África?

Definición de salud La primera que se aborda es un concepto de salud que se refiere a un equilibrio inestable del ser humano, de su organismo biológico y de su cuerpo (entendido este como las representaciones del mismo), en relación con factores biológicos, medio ambientales, socioculturales y simbólicos, que permiten a cada ser humano además de crecer, potenciar sus posibilidades en función de sus propios intereses y de los de la sociedad en la cual se encuentra inmerso. La salud es pues, más que un estado, un proceso continuo de restablecimiento del equilibrio, proceso que cuando alguno de los factores implicados cambia y dicho cambio se mantiene en el tiempo, el ser humano adopta una respuesta fija. La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de afecciones o enfermedades. Intenta incluir todos los aspectos relevantes en la vida, al incorporar tres aspectos básicos del desarrollo humano: físico, mental y social. Además, busca una expresión en términos positivos, partiendo de un planteamiento optimista y exigente. La salud es un estado de bienestar físico, mental y social, con capacidad de funcionamiento, y no solo la ausencia de afecciones o enfermedades. Existen otras relecturas de la definición de salud, como la que la define como El logro del más alto nivel de bienestar físico, mental, social, y de capacidad de funcionamiento que permiten los factores sociales en los que viven inmersos el individuo y la colectividad. La salud es una manera de vivir cada vez más autónoma, solidaria y gozosa.

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 psicólogos se percatan que la salud física se daba en concordancia con la salud mental. 1977. George Engel (Psiquiatra norteamericano) propone el modelo biopsicosocial que considera los factores psicológicos, sociales y culturales además de los biológicos en la enfermedad y su tratamiento. 1979. Se publica el libro Health Psychology, el primero que aborda esta temática. 1980. relacionadas. 1984. Matarazzo y cols. definen la Salud Comportamental como un campo interdisciplinario que se focaliza en el uso de técnicas conductuales para el mantenimiento de la salud y la prevención de la enfermedad entre individuos que actualmente gozan de buena salud. El modelo biomédico y el modelo biopsicosocial. Tradicionalmente se ha entendido la salud desde una perspectiva dualista que separa el cuerpo y la mente. Este punto de vista se englobaría en lo que conocemos como "modelo biomédico". A diferencia de éste, el modelo biopsicosocial destaca la relevancia y la interacción de los factores psicológicos y sociales junto con los biológicos. Definiendo la Psicología de la Salud: ¿qué es? Aunque la Psicología de la Salud no tiene una definición oficial.

Intervención de la Psicología en la Salud. Podríamos observar que las investigaciones que caracterizan al campo de la salud pueden ser de tres tipos: a) biomédica, b) investigación en salud pública y c) clínica (Toledo Curbelo, 2004). A su vez, los dos últimos se subdividen en dos ramas principales: la investigación epidemiológica y la investigación en sistemas de salud. La segunda se enfoca en la escala macro e interorganizacional del sistema de salud. Es posible incluir en la descripción del sistema de salud las conexiones técnicas con que la psicología trabaja en la sociedad. Para eso la psicología puede realizar un análisis de sus propias prácticas y puede recurrir a los conceptos de ideología, participación política, relaciones de poder, construcción del conocimiento, disciplinamiento de la subjetividad, análisis de medios de comunicación, entrecruzados con: a) el conocimiento de la historia general del país y el de sus instituciones en general y en particular (como lo puede ser el de las Universidades Públicas y Privadas y sus estilos de formación, es decir, cómo realizan la socialización política de los profesionales psicólogos/as); b) con el conocimiento de la economía, tanto macro como micro;.

Comportamiento y Salud. Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Pero las principales causas de muerte están relacionadas con actividades voluntarias de la persona. La salud es hoy día un valor social en alza; en recientes estudios longitudinales se aprecia su incremento progresivo, mientras que otros valores, como el civismo o los derechos de la mujer, están en declive. Ser y sentirse saludable está determinado por múltiples factores físicos, psicológicos y sociales. Un estudio epidemiológico, ya clásico, realizado en un condado californiano demostró cómo un patrón o estilo de vida determinado estaba asociado con el ser y sentirse saludable. No fumar, no beber en exceso, hacer ejercicio, dormir de siete a ocho horas, un peso equilibrado, un desayuno abundante, no comer entre comidas... resultaron ser hábitos, en conjunto, excelentes predictores de una vida significativamente más larga y sana.

La Psicología de la Salud La psicología de la salud: la construcción de un campo. Nos proponemos, en este primer apartado, construir las bases que fundamentan el campo de la psicología aplicada al campo de la salud. Evolución histórica de la interpretación causal del proceso salud-enfermedad. Históricamente, las interpretaciones causales sobre la salud y la enfermedad se han orientado en dos perspectivas: las referidas a la explicación de por qué el hombre enferma y las que hacen énfasis en el discurso sobre la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades.