



Mi Universidad

Nombre de alumno:

Carlos Enrique Maldonado Juárez

Nombre del profesor:

Luis Ángel Galindo

Nombre de la materia:

Psicología y salud

Nombre de la actividad:

El papel de la psicología en la salud

Grado y grupo:

1ro C

Nombre de la licenciatura:

enfermería

EL PAPEL DE LA PSICÓLOGIA DE LA SALUD

Diversos modelos en la psicología de la salud

- Modelo Cognitivo – Social** — Da importancia a los efectos del ambiente social y las cogniciones sobre la conducta y la influencia reciproca entre ellos
- El Modelo de Creencias en Salud** — La noción que el cambio hacia conducta saludables está guiado por las creencias del individuo, específicamente por lo que se denomina la "expectativa de valor", esto es, las personas van a cambiar su conducta si ésta resulta en algo valorado para ellas y tienen la expectativa de que pueda alcanzarse ese resultado.
- La Teoría de Acción Razonado (planeada)** — En salud nos ayuda a entender como una persona llega a tomar una decisión para realizar cierta acción.
- Modelo de Reducción de Riesgo** — Reducción de factores de riesgo conductual, intentan lograr un cambio de actitudes y motivar a la persona a desarrollar habilidades conductuales que reduzcan el riesgo, aumentando de paso la percepción de autoeficacia para iniciar y mantener los cambios comportamentales deseados.
- El Llamado Modelo Transteórico del Cambio Conductual** — Nos enseña que las personas progresen de una manera gradual, continúa y a través de un proceso dinámico de 5 etapas a medida que tratan de reducir o eliminar conductas riesgosas.
- El Modelo Integrativo** — Modelo que pretende enfocarse hacia la comunidad y no hacia problemas individuales. Define el problema usando indicadores epidemiológicos y de psicología.

Modelo Cognitivo-social

- Establece una interacción entre las distintas corrientes, por lo que los factores ambientales, personales y conductuales, no son entidades separadas, sino que interactúan mutuamente entre sí.
- MOTIVACION**
 - Autoeficacia** — Representa la la capacidad personal para creer en sí mismo, generando así una confianza que facilite la obtención de los resultados que se pretenden alcanzar.
- La profecía autocumplida**
 - Aprendizaje vicario** — Otro de los conceptos más populares de Albert Bandura, con el que llevó a cabo varios experimentos importantes como el experimento del Muñeco Bobo, donde se observaba como los niños aprenden no solo haciendo, sino en base a lo que ven que hacen otras personas.
 - Refuerzo vicario** — Mediante esta teoría, sabemos que una persona es capaz de aprender mediante la observación de las consecuencias del comportamiento de otro.
 - Autorregulación** — Tres elemntos básicos conforman este concepto: la auto observación, el juicio y la auto respuesta.

Modelo de creencias de salud

- Una de las teorías más utilizadas en promoción de la salud y que incluye un importante componente cognitivo/perceptivo, es el Modelo de Creencias de Salud (MCS) o Health Belief Model.
- En su origen, el MCS se basa en otras clásicas y populares teorías del aprendizaje. En particular, en la conductista, que defiende que todo tipo de comportamiento puede ser reducido a relaciones estímulo-respuesta elementales y justificado por sus inmediatas consecuencias
- El MCS fue originalmente desarrollado en los años 50 por un grupo de especialistas en psicología social del departamento de salud pública norteamericano, encabezados por Hochbaum

EL PAPEL DE LA PSICÓLOGIA DE LA SALUD

La Teoría de Acción Razonado.

Dicho modelo concibe al ser humano como un animal racional que procesa la información o la utiliza sistemáticamente, es así, como se vislumbra al sujeto como un tomador racional de decisiones, el cual se comporta en función de la valoración que realiza de los resultados de su comportamiento y de las expectativas que tiene sobre su comportamiento

Las actitudes hacia un comportamiento específico son un factor de tipo personal que comprende los sentimientos afectivos del individuo, ya sean de tipo positivo o negativo con

respecto a la ejecución de una conducta preventiva y las percepciones de apoyo social que se tengan de dicha conducta.

Modelo de Reducción de Riesgo.

DEFINICIÓN: Modelo de Salud, diseñado para atenuar los comportamientos de riesgo.

OBJETIVO: Tiene como objetivo, disminuir las consecuencias provocadas por mantener

- Predice y disminuye la ocurrencia de comportamientos sexuales de riesgos que posibilitan el contagio de VIH/SIDA.

- Percibe el comportamiento como riesgo y reconoce las habilidades personales para reducir el comportamiento.

Prevención Primaria: Su objetivo es evitar que las personas se infecten con el VIH.

Prevención Secundaria: Tiene como finalidad la prevención del desarrollo de la enfermedad en aquellas personas seropositivas.

Modelo Integrativo.

La Psicoterapia Integrativa adopta una actitud hacia la práctica de la psicoterapia que declara el valor inherente de cada individuo.

Psicoterapia Integrativa tiene varios significados. Se refiere al proceso de integrar la personalidad: assimilar aspectos repudiados, no conscientes.

La Psicoterapia Integrativa tiene en cuenta muchos criterios sobre el funcionamiento humano. El enfoque psicodinámico, el enfoque centrado en el cliente, el conductual, el cognitivo, la terapia familiar, la terapia Gestalt, las psicoterapias corporales, las teorías de las relaciones objetales, la psicología psicoanalítica del self y el análisis transaccional son todos considerados dentro de una perspectiva de sistemas dinámicos.

El objetivo de una psicoterapia integrativa es facilitar tal plenitud, que la calidad del ser de la persona y su funcionamiento en las áreas intrapsíquica, interpersonal y socio-política se potencia al máximo.

Conclusión

Dado cada punto en particular nos demuestra la importancia que debemos tener en mente y a cada uno de ellos como los diversos modelos de la psicología que nos dan un marco de referencia para saber por donde empezar, que paso seguir y sobre todo que técnicas necesitamos para influir un sobre un cambio en las conductas de las personas, así entendemos los estados de salud en que las personas se encuentran y poder hacer un mejor trabajo. Poder entender el papel de la psicología de la salud es algo muy importante para así poder relacionar un mejor trabajo y evitar ciertos tipos de problemas

Fuentes bibliográficas

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271997000400002

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8383ffd3ef75ae668b872da93117697e-LEN%201%C2%B0%20-%20Psicolog%C3%ADa%20y%20Salud.pdf>