



Mi Universidad

Super nota

Nombre del Alumno: Jesús Alexander Arismendi López

Nombre del tema: Fundamentos de la Psicología de la Salud

Parcial: 1er

Nombre de la Materia: Psicología y Salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería

Cuatrimestre: 1er



FUNDAMENTOS DE LA Psicología DE LA SALUD

UDC

INTRODUCCION DE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

Tuvo sus orígenes en los años 70, siendo una de las causas de su aparición la necesidad de abordar el proceso de salud-enfermedad de los seres humanos, tomando en cuenta aspectos psicológicos, biológicos y sociales, colaborando con otras disciplinas para mejorar la calidad de vida



CONCEPTO DE SALUD

La salud, entendida en sentido amplio como el bienestar físico, psicológico y social

Las conductas nace desde la antigüedad. Son conjuntos de reacciones psíquicas de las personas.



ORIGENES DE LA CONDUCTA

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.

Es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente.

VARIABLES INDEPENDIENTES EN SALUD

Según Heiby y Carlson, se pueden distinguir tres tipos de variables:

1. Las situacionales, como apoyo social que se recibe de otros, modelos sociales a los cuales el individuo está expuesto
2. Las personales tales como creencias, percepciones, expectativas, motivaciones

3. Las consecuencias anticipadas de las conductas saludables con relación a los costos y beneficios percibidos



Ambiente, salud y educación

Los seres humanos nos construimos desde lo socioambiental, a partir de un mundo de significados compartidos.

VARIABLES AMBIENTALES COMO CONDICIONANTES DE LA SALUD

De acuerdo con Soler Marquez y Abad Ros (2000), el nivel de desarrollo de una sociedad determina el peso relativo de las variables ambientales en la salud de los individuos

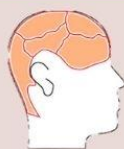
IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN LA SALUD

se interesa por el comportamiento, actitud y procesos que pueden estar ocurriendo en un individuo de tal forma que afecten a su salud. se encarga de valorar todos los factores emocionales, los relacionados con la conducta, y los cognitivos de tal forma que se pueda obtener una visión global para tratar enfermedades



Principales objetivos

- fomentar la salud
- prevención de las enfermedades
- Investigación
- estudiar todos los factores



COMPORTAMIENTO Y SALUD

el sistema nervioso central puede influir en la función inmune y que, por tanto, los factores psicológicos están implicados en muchos de los factores causales que afectan la susceptibilidad a la enfermedad.

ESTILOS DE VIDA

Se le considera en primer lugar, de una forma genérica en la que se le conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad del individuo o bajo una mezcla de responsabilidad del individuo y la administración pública, según el ámbito cultural.

Algunos autores han propuesto la idea de dos estilos de vida:

1. Estilo de vida saludable
2. Estilo de vida libre caracterizado por comportamientos totalmente contrarios al anterior



MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONALIDAD Y SALUD

Son tres los modelos que proponen una explicación causal entre personalidad y salud:

- 1) la personalidad induce hiperactividad;
- 2) predisposición conductual;
- 3) la personalidad como determinante de conductas agresivas.

FACTORES EMOCIONALES

son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello. Son de carácter universal, bastante independientes de la cultura y generan cambios en la experiencia afectiva, en la activación fisiológica y en la conducta expresiva



El cambio de hábitos de salud

- se basa en tres tipos de cogniciones:
1. Las percepciones de riesgo
 2. Las expectativas de resultados
 3. La autoeficacia percibida determina la cantidad de esfuerzo invertido y el nivel de perseverancia



ENFOQUES COGNITIVO-CONDUCTUALES DE LOS CAMBIOS DE CONDUCTA DE LA SALUD

1. Los individuos son procesadores activos de información que interpretan y evalúan la que les llega a través de experiencias pasadas y aprendizajes previos.
2. Se focaliza en la interacción recíproca entre los factores personales, el ambiente y la conducta.