



SUPER NOTA

Nombre del Alumno: Joana Lizeth Jiménez Juárez

Nombre del tema: unidad 1

Parcial: primer parcial

Nombre de la Materia: psicología y salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Lic. enfermería

Cuatrimestre: 1mer cuatrimestre

FECHA: Pichucalco Chiapas a 24 de septiembre del 2022

La Psicología de la Salud no debe dedicarse simplemente a tareas aplicadas de prevención y tratamiento de enfermedades, sino también a investigar activamente qué factores influyen en su aparición y su curso



¿Qué es la salud?

- La salud es el bienestar a nivel físico, mental y social de una persona.
- La salud de una persona depende en gran parte de su estilo de vida,
- Aquellas personas q tienen buen habito de comida y que a la vez realizan actividades física rutinariamente, tienen mayor posibilidad de siempre gozar de buena salud.

Principales factores del bienestar emocional

Actitud positiva

Autoestima

Relaciones positivas y duraderas

Capacidad para afrontar la adversidad

Capacidad para afrontar el estrés

Burulygy

Fácil y rápido Estado completo de bienestar

Físico

Mental

Social



La conducta humana es producto de los procesos naturales de aprendizaje estudiados experimentalmente por la psicología y la neurociencia.

La aplicación de estos conocimientos por el Supervisor o Jefe, le permite obtener resultados en seguridad, calidad y cuidado del medio ambiente, en un contexto positivo



El estilo de vida es un concepto sociológico que se refiere a cómo se orientan los intereses, las opiniones, y los comportamientos y conductas de un individuo, grupo o cultura. Aunque sus orígenes se remontan hasta la época de Aristóteles, quien lo definió como el sistema de reglas de conducta desarrollado por los individuos para lograr sus metas en la vida. Tiempo después, el concepto fue tomando como manera o estilo de vivir.



Comportamiento y salud
El comportamiento de la salud debe enfocarse como proceso de un conjunto de diferentes factores, momentos, contextos y situaciones. Referirse a los comportamientos saludables como comportamientos específicos sobre que si hacer. Hasta entonces considerarla y mantenerla

como un estilo de vida.

El comportamiento de la salud debe enfocarse como proceso de un conjunto de diferentes factores, momentos, contextos y situaciones.



El cambio en el comportamiento de salud involucra una diversidad de factores sociales, cognitivos y emocionales.



El temperamento y el carácter, también son a nivel interno patrones de pensamiento, percepción y reacción según los cuales nos expresamos de cierta manera y lo que los determina es que se mantienen estables durante las etapas de la vida.



bibliografía

[.mhttps://psicologiaysalud.uvx](https://psicologiaysalud.uvx)
<https://es.Wikipedia.org>