



Mi Universidad

Cuadro sinóptico.

Nombre del Alumno: Karla Osorio Contreras.

Nombre del tema: Factores psicológicos de riesgo.

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Psicología y salud.

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: I



**FACTORES PSICOLÓGICOS
DE RIESGO.**

2.1 Ansiedad y estrés.

¿Qué son?

La ansiedad es una sensación experimentada por todos, en mayor o menor medida, en diferentes momentos de la vida cotidiana. Cuando se presenta en niveles moderados, facilita el rendimiento, incrementa la motivación para actuar, alienta a enfrentarse a una situación amenazadora.

¿Cómo esta relacionados?

Los trastornos de ansiedad no son sólo un caso de "nervios". Son estados relacionados con la estructura biológica y con las experiencias vitales de un individuo.

2.2 Ansiedad y personalidad.

¿Qué es?

Se denominan rasgos a las tendencias estables y consistentes de comportamiento.

Reacción:

El individuo con elevada ansiedad rasgo tiende a reaccionar con altos niveles de ansiedad en diferentes momentos y en gran variedad de situaciones.

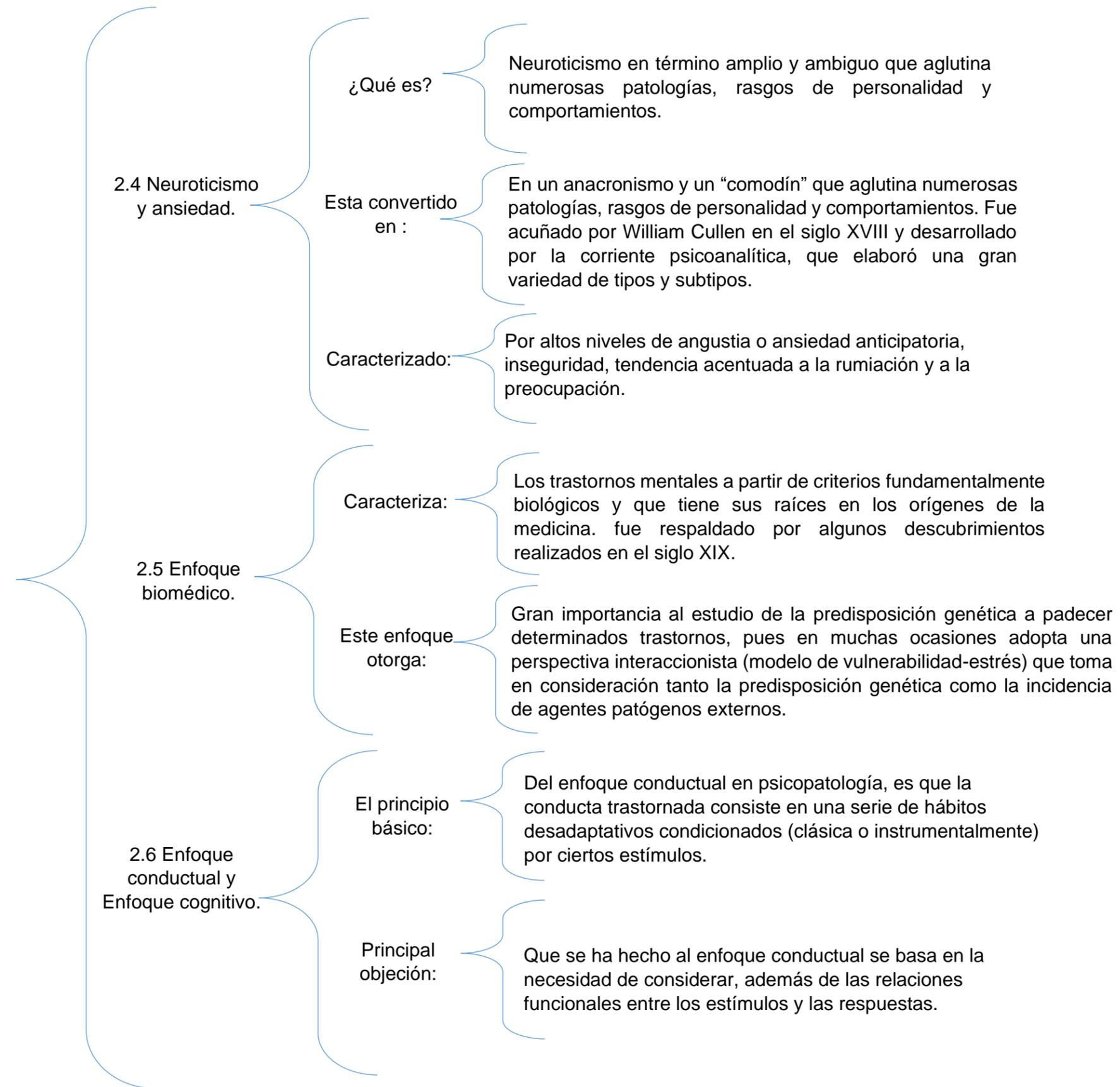
Spielberg (1966).

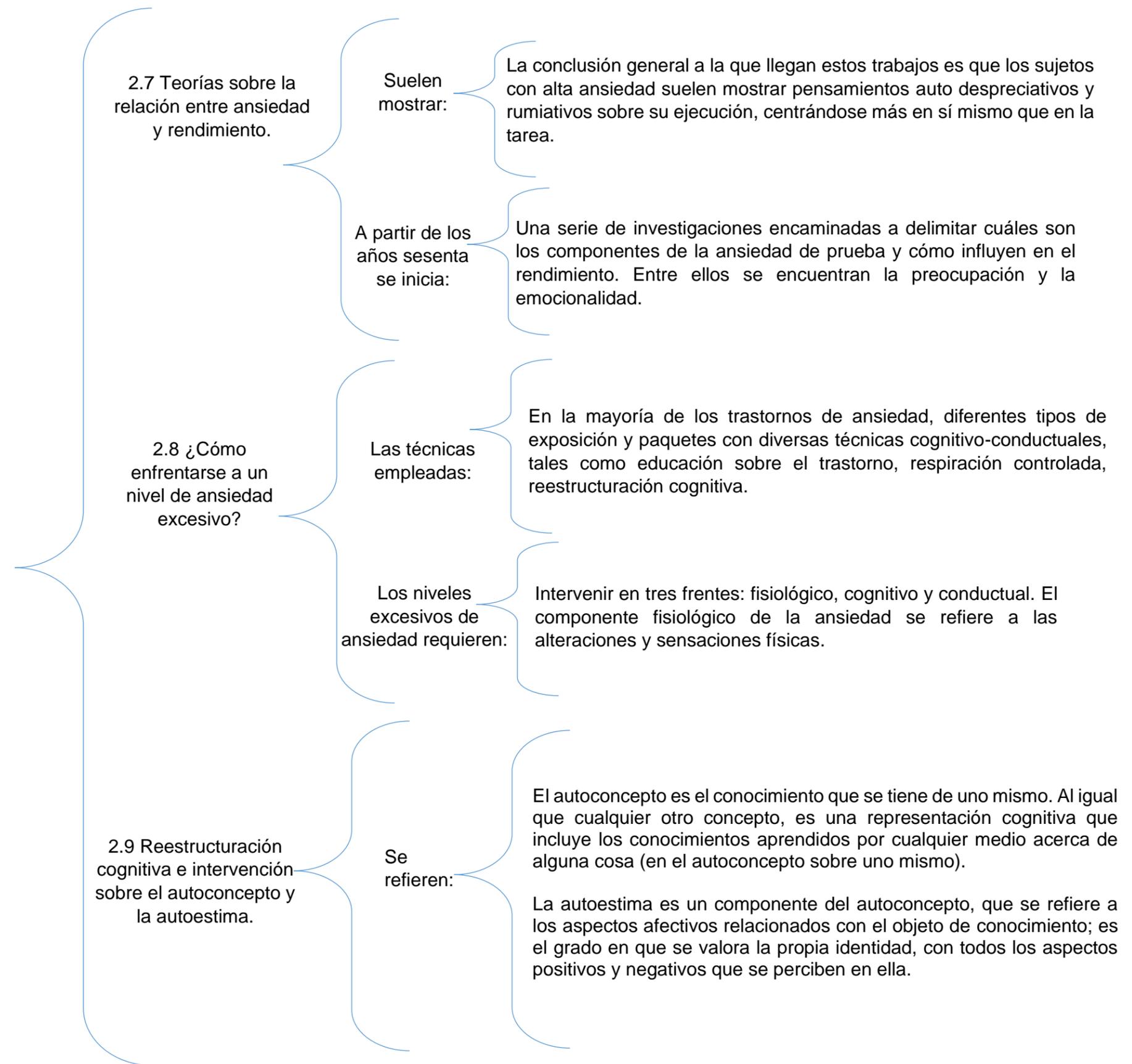
Describía el estado de ansiedad como un estado emocional transitorio caracterizado por una percepción subjetiva de sentimientos de temor y una alta activación del sistema nervioso autónomo.

2.3 Teorías de Cattell, Eysenck.

Objetivo de las investigaciones:

El objetivo inicial de las investigaciones de Cattell sobre la ansiedad era dilucidar si este constructo tenía un carácter unidimensional o, al contrario, multidimensional. Eysenck la extroversión se caracteriza por rasgos como sociabilidad, búsqueda de animación, espontaneidad, tendencia al riesgo, impulsividad, etc.





2.10 ¿Qué es el estrés?

Disciplinas que abordaron:

La temática del estrés surgió sesgos y orientaciones teóricas diferentes que propusieron otras tantas concepciones y definiciones. Así, los enfoques fisiológicos y bioquímicos acentuaron la importancia de la respuesta orgánica, interesándose en los procesos internos del sujeto, en tanto que las orientaciones psicológicas y sociales hicieron hincapié en el estímulo y la situación generadora del estrés, focalizándose en el agente externo.

2.11 Moderadores de la experiencia del estrés.

Se definen:

Tres tipos de factores, a saber:

1. Factores internos de estrés incluyen las variables del propio sujeto directamente relacionadas con la respuesta de estrés.
2. Factores externos de estrés: estos hacen referencia a los estresores medioambientales que pueden sobrecargar los mecanismos de defensa y la regulación homeostática o de ajuste del individuo.
3. Factores moduladores: están constituidos por variables tanto del medio ambiente como del propio individuo que no están en relación directa con la respuesta de estrés

Bibliografía:

Antología de consulta de UDS, psicología y salud.