

Psicología y salud

- ✚ Esmeralda Pérez Velázquez
- ✚ **Fundamentos de la Psicología de la Salud**
- ✚ Docente Hilda Enriqueta isla Hernández
- ✚ 23.09.2022



Psicología de la salud

La psicología de la salud es una especialidad de la psicología que comprende la aplicación de los conceptos y métodos psicológicos a cualquier problema surgido en el sistema de salud, ya sea que se hable de los niveles de atención a la salud, pública, de educación y planificación de la salud.

El hecho de que la psicología de la salud no es considerada en cuanto a la atención a la salud se refiere, ya que se toma a la medicina como eje principal; por otro lado, la formación del profesional de la psicología de la salud es deficiente y no proporciona conocimientos teóricos ni metodológicos para hacer intervenciones adecuadas en esta área.

Nuestro comportamiento, constituye aspectos centrales de esta problemática humana. Las conductas saludables, que implican acciones cognitivo-emocionales



1.2 la salud La psicología de la salud, entendida en sentido amplio como el bienestar físico, psicológico y social, va mucho más allá del esquema biomédico, abarcando la esfera subjetiva y del comportamiento del ser humano. No es la ausencia de alteraciones y de enfermedad, sino un concepto positivo que implica distintos grados de vitalidad y funcionamiento adaptativo.

1.3 Conducta humana constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente conducta indaga la evolución de ciertas etapas formativas en el individuo, como la infancia o adolescencia, y va unido al estudio del desarrollo físico desde el nacimiento hasta la muerte lo que impulsa a un individuo a realizar una conducta.

1.4 Independencia en la salud conductas saludables con relación a los costos y beneficios percibidos también son elementos importantes, diferentes de las contingencias de refuerzo o castigo del momento presente, Las personales tales como creencias, percepciones, expectativas, motivaciones, etc., que, en última instancia, son las que juegan el papel decisivo en la adopción y mantenimiento de pautas saludables

1.5 variables ambientales condiciones de salud Las enfermedades y muertes es causado por enfermedades infecciosas, por condiciones de vida carentes de higiene, por falta de control de aguas residuales, por alimentos sin control sanitario o por la falta de alimentos, carencia de **condiciones laborales aceptables**

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 conducta
3. la personalidad como determinada conducta

Factores emocionales



Reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello. Son de carácter universal, bastante independientes la tristeza-depresión y el asco son reacciones emocionales básicas que se caracterizan por una experiencia afectiva desagradable o negativa y una alta activación fisiológica

Enfoques conectivos – conductuales conducta de la salud

Las percepciones de riesgo incluyen la sensación de vulnerabilidad y la gravedad percibida de una enfermedad, elementos que poseen un notable valor motivacional en el proceso de toma de decisiones, en la variedad de la empatía con las personas en los diferentes tipos de ámbito