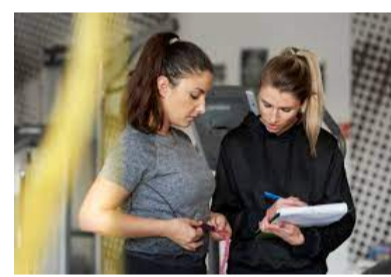
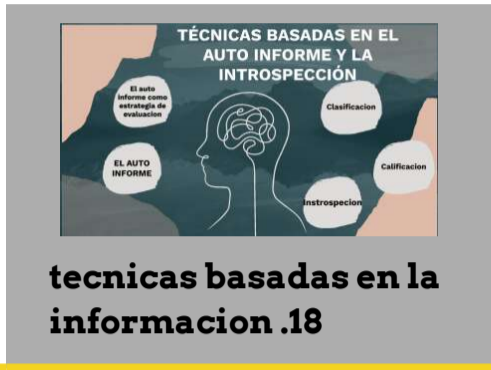


# principales modelos teóricos desde la psicología la salud



este modelo se ha aplicado con éxito en la modificación de conductas de riesgo como por ejemplo la adopción de una dieta saludable en la infancia, el manejo de enfermedades crónicas como el asma y en la prevención de la transmisión del VIH.

que intervienen en la adopción y mantenimiento de riesgo o no saludable.

seguida de una consecuencia seguida tiene mucha probabilidad de repetirse mientras que toda la conducta seguida de consecuencias negativa tiene mucha probabilidad de desaparecer o disminuir.

se trata de un paquete de técnicas que persigue la disciplina de las conductas, que si bien a corto plazo, El primer paso de este programa es establecer un contrato o compromiso de cambio con el terapeuta.

Se trata de un procedimiento en camino en detener a la persona de recursos para poder afrontar y solucionar un problema. Se entrena a la persona con estrategias para limitar un problema y examinar las alternativas.

abordaje terapeutico del proceso de dejar de fumar, su uso se ha aplicado con éxito en la adopción {ejercicio fisico, dieta}

dejar de fumar es positivo para mi salud

dentro de esta técnicas se incluye la biblioterapia, el suministro de información y la orientación,

este paquete de técnicas se utiliza con frecuencia en el abordaje de problemas de alimentación, conductas adictivas, hábitos de estudios, depresión y problemas de ansiedad, entre otros.

paquetes de técnicas dirigidas a la autorregulación de la conducta y al afrontamiento del estrés .24

esta técnica se usan muy especialmente en el tratamiento de los estados depresivos,

utilidad y creencia en estos pensamientos y se desarrolla nueva forma de ver la situación,

De nuestro punto de vista los modelos teóricos que sirven de base de las intervenciones que se llevan a cabo en la red deben de tener presente las características particulares de este nuevo escenario

Guillamón Cano. (s. f.). MOEOS TEORICOS Y TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD: Principales modelos teóricos desde la psicología de salud, Modelos conceptuales de la salud: modelo biomedico y mdelo biopsicosocial, Modelos y teorías explicativas de la salud, Modeos de continuum, Modelos en acción en favor de la salud ( hapa, Health action process approach, Scharzer, 1992,), Modelos de estadios, Modelo de adopción de precauciones, las principales técnicas de intervención desde el modelo cpgnitivo conductual, Técnicas dirigidas al aumento o disminución de conductas ( Larroy y De La Puente, 1995), Técnicas dirigidas a la reducción de la ansiedad, Técnicas dirigidas al entrenamiento en solución de problemas, Paquete de técnicas dirigidas a la autorregularización de la conducta y el afrontamiento al estrés Integración: intervención psicologica en linea. (1.a ed.). UOC. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/legalcode.es>



**Nombre de la alumna: Irma Yolanda  
Sánchez Gómez.**

**Nombre del profesor: Luis Manuel  
Hernández**

**Nombre del trabajo: MODELOS Y  
TECNICAS EN PSICOLOGIA DE LA SALUD**

**Materia: Psicología de la salud.**

**Grado: 1°**

**Grupo: Enfermería**

Ocosingo, Chiapas 10 de noviembre de 2022