

**Nombre del alumno: Elma Yahaira
Jimenez Calderón**

**Nombre del profesor: Laura Jacqueline
López Hernández**

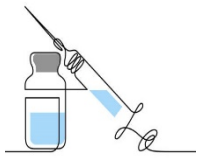
Nombre del trabajo: cuadro sinóptico.

Materia: psicología y salud.

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 1

Grupo: "A"



salud

¿Que es?

es un sentimiento de bienestar.

Bienestar psicologico

Comportamientos vinculados con la salud emocional

Bienestar fisico

Estado de las persona

Habitos y estilos de vida.

Bienestar social.

Estado de bienestar

Condiciones de su entorno.

Organizacion Mundial de la Salud. (OMS)

Es la ausencia de enfermedades.

Lo define dos niveles

nivel subjetivo

Hace referencia cuando el sujeto cree que está en bienestar.

nivel objetivo

cuando existen datos que permiten verificar dicho estado



Medio ambiente

Clima

Contaminacion



Genetica

Biologia humana

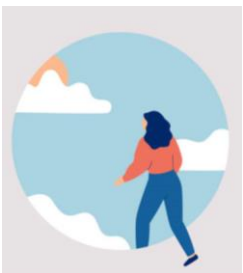
Determinantes

Estilo de vida

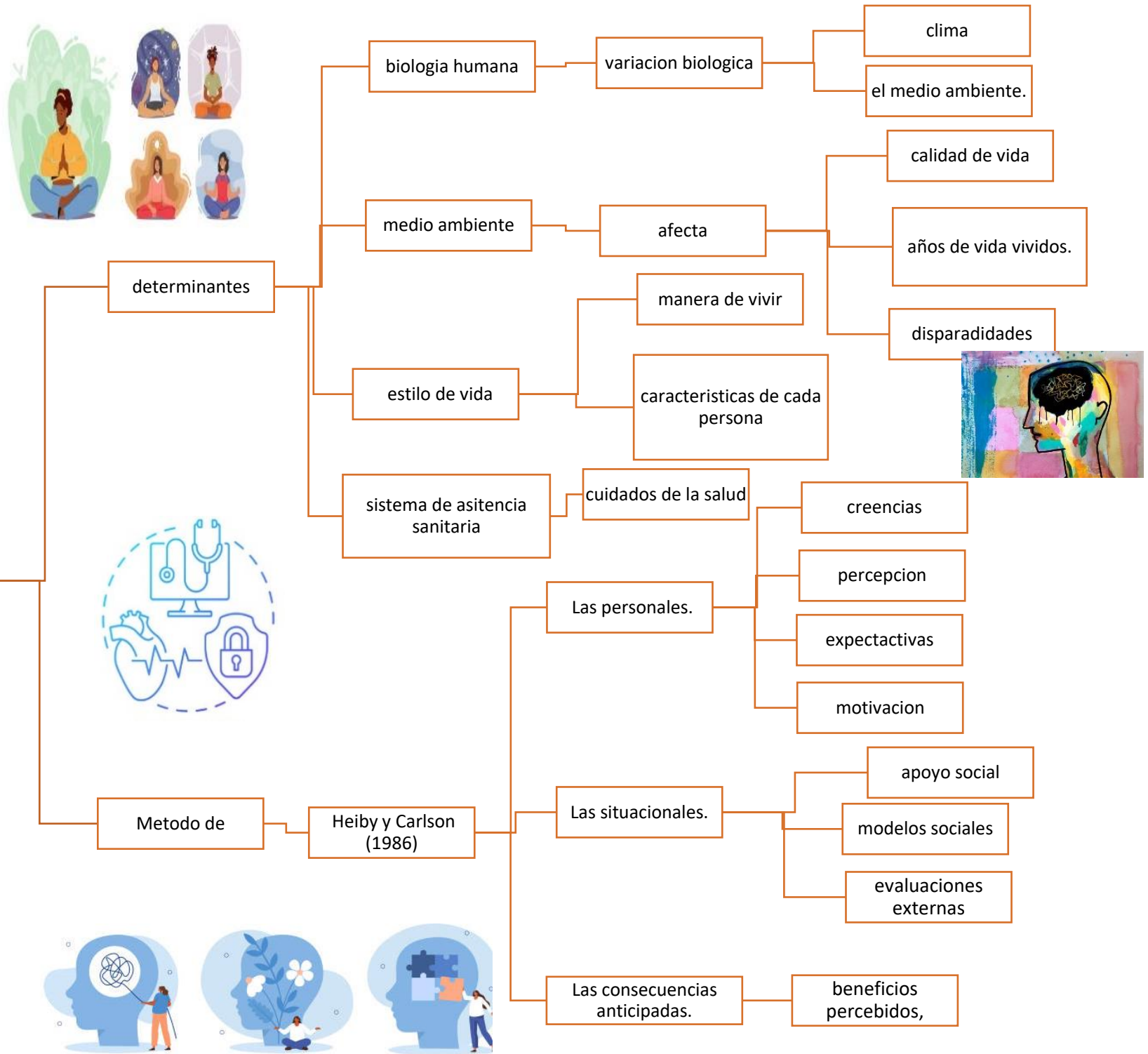
Actividad fisica

Higiene.

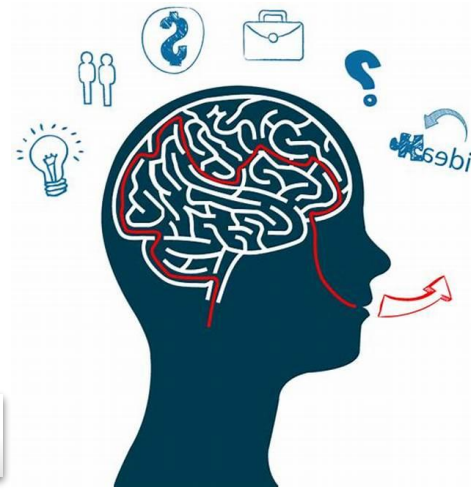
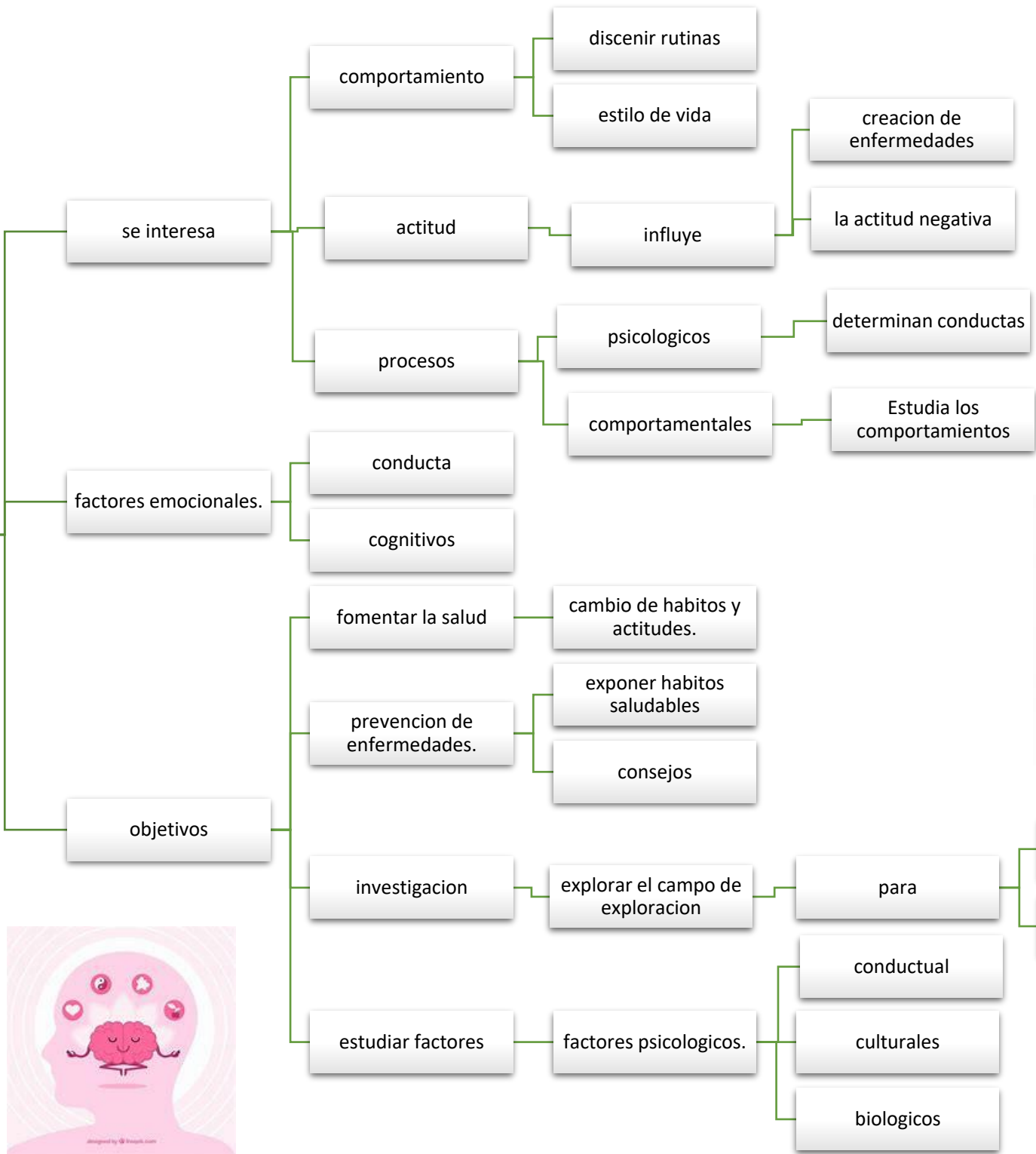
Alimentos



Variables independientes en salud.



Psicología en la salud



personalidad y salud



Relacion con

salud

un estado de bienestar o de equilibrio

Nivel subjetivo

estar en bienestar

nivel objetivo

permitir verificar el estado de la persona.

conducta

Conjunto de las acciones con que un ser vivo responde a una situación.

puede ser

consciente o inconsciente

voluntario e involuntario

publico o privado

personalidad

cambios de personalidad por enfermedad

problemas primarios

daños cerebrales

causas indirectas

diagnostico de enfermedad.

conjunto de las características psíquicas de una persona que determinan su manera de actuar ante circunstancias particulares.



comportamiento

manera de comportarse.

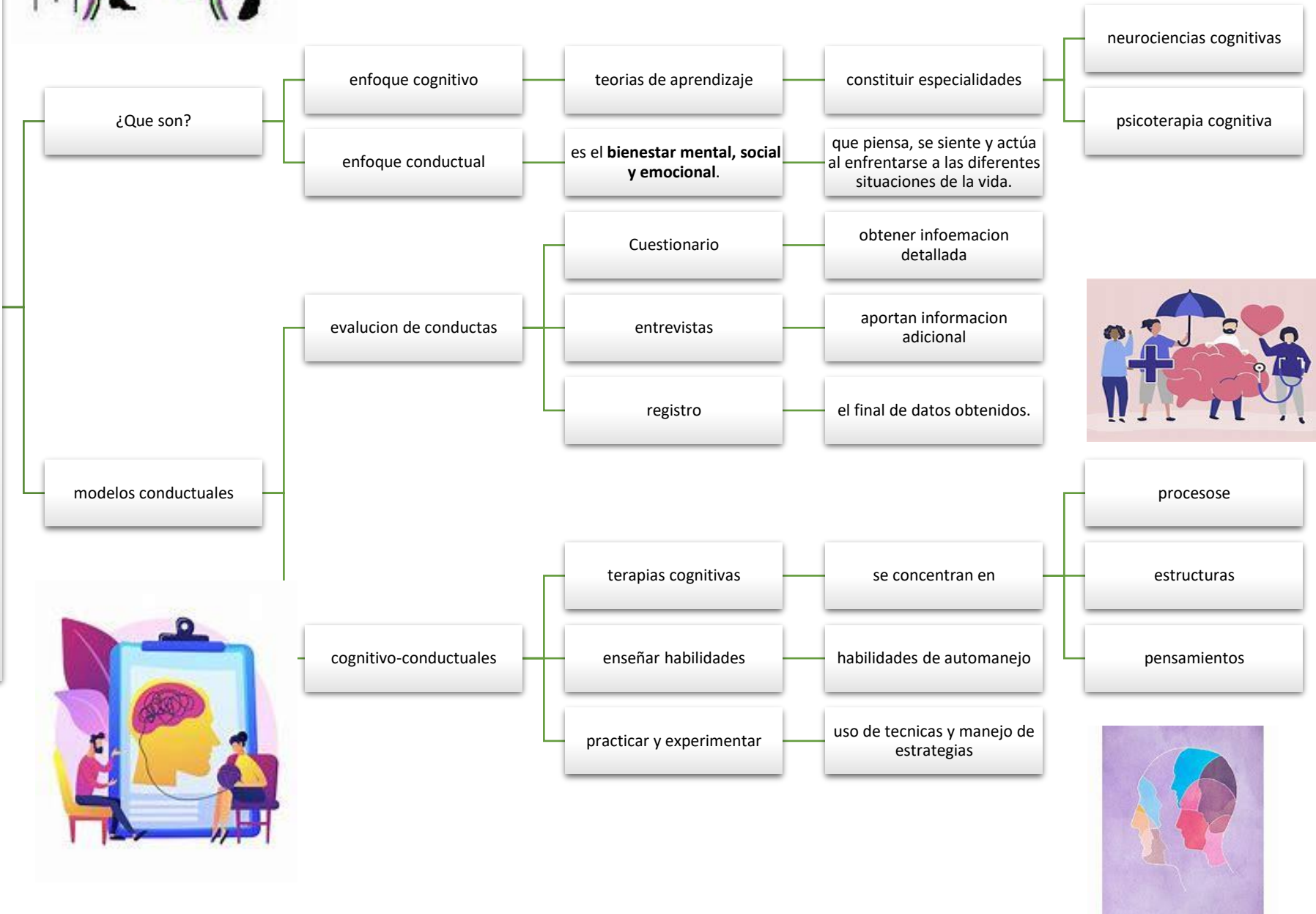
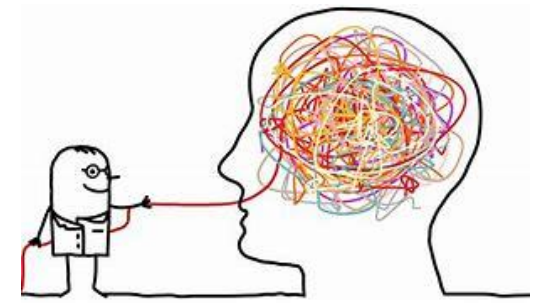
actitudes corporales

lenguaje

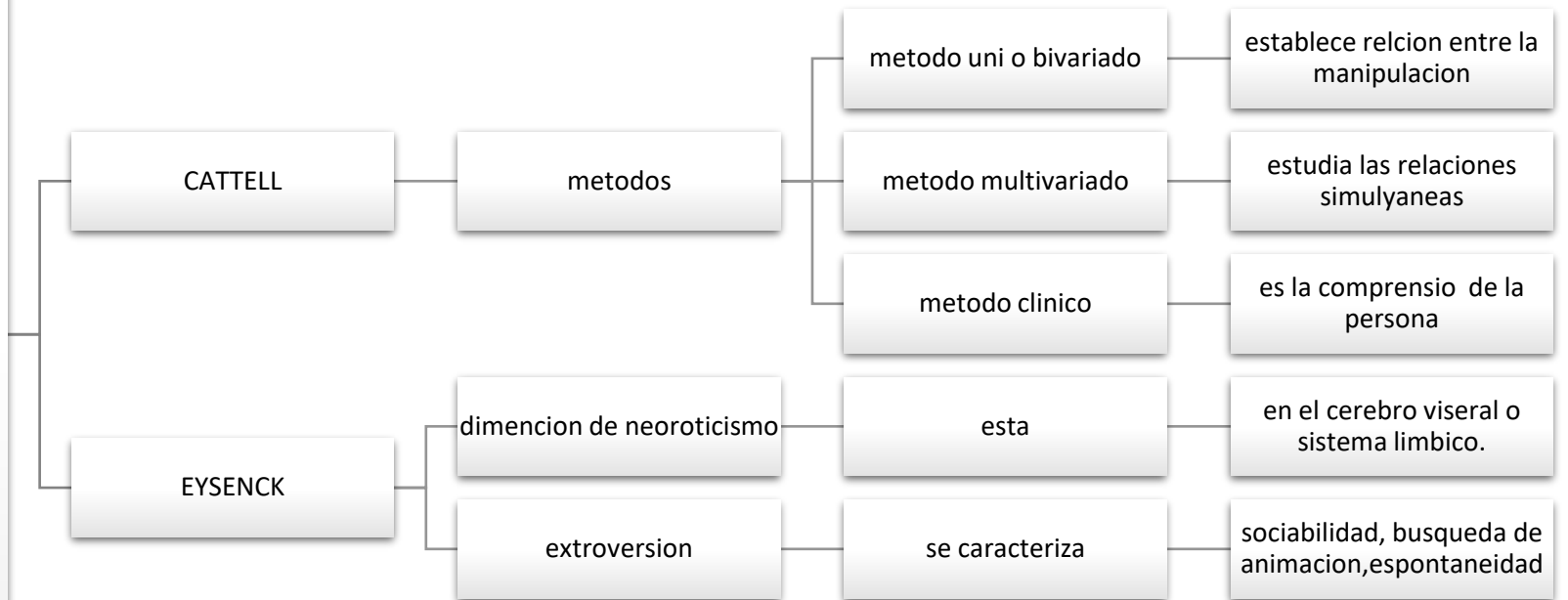
gestos

accion.

enfoque cognitivo - conductuales



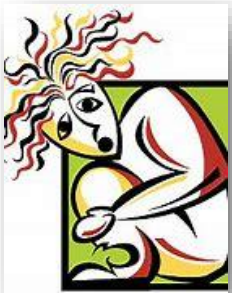
teorias de CATTELL, EYSENCK



NEUROTISMO Y ANSIEDAD.



Neurotismo



ansiedad



¿Que es?

cuando una persona reacciona demasiado intensa

psychological science

nos dice que este razgo de personalidad

podria

salvarnos de la muerte

neurotismo en la sociedad

caracteriza por altos niveles ansiedad socia.

definida

ante ciertas preocupaciones

denominado

inestabilidad emocional.

ventajas

Aporta mayor creatividad

distraccion mental

motivacion

esfuerzo emosional

¿Que es ?

frecuencia de preocupacionesy .

Ante

miedos excesivos

sintomas

inquietud

es una desesperacion

facil irritabilidad

nivel de control ante ciertas situaciones

tension muscular

fobia

tipos de ansiedad

transtorno de panico

ansiedad social.



rendimiento, autoconcento en la ansiedad.



rendimiento

se refiere

situaciones cuando no se tiene creencia de realizarlo.

tipos de rendimiento

alto

se refiere al rendimiento

medio

autosuficiencia.

bajo

activacion fisiologica



se considera

inadaptiva

por que produce

angustia

perjudica el desempeño

adaptativa

por que ayuda.

preparacion ante una crisis

mejorar la acividad global

autoconcepto

¿Que es?

conocimiento de si mismo

influye

conocimientos aprendidos

se debe considerar

aspectos relacionados con autoestima

aspectos relacionados con la dimension social

aspectos cognitivos.

