



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: Naomi Guadalupe Velazco Roblero*

*Nombre del tema: Unidad 3 y 4*

*Parcial : 1er parcial*

*Nombre de la Materia: Psicología y salud*

*Nombre del profesor: Liliana Villegas*

*Nombre de la Licenciatura: lic. en Enfermería*

*Cuatrimestre: 1er cuatrimestre*

★  
comprensión  
de las  
enfermedades.  
-Estilos de  
vida. ★

**MODELOS DE COGNISION**

Las conductas de salud fueron definidas por Kasl y Cobb en 1996.

**TECNICA DE RECOLECCION DATOS**

es una de las actividades en donde deben agruparse y se recojen elementos que son importantes dentro de un contenido

**ESTILOS DE VIDA: VARIABLES FISICAS**

la actividad fisica es importante para una vida saludable, incluyendo no tener dolores, mantenerse mentalmente activo.

⚡  
cualquier actividad realizada por una persona que la cree saludable, con el proposito de prevenir una enfermedad o detectarla

○ la recoleccion de datos no solo se hace a travez de una encuesta tambien se puede hacer en entrevistas, o procesos de observacion o consultas bibliograficas.

**VARIABLES SOCIALES**

la DSS lo define como la circunstancia en que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen

★  
**CONDUCTAS SALUDABLES**

ha sido diversas con la participacion, de programas de ejercicio y alimentacion, la vacunacion, etc.

**PSICOLOGIA Y ENFERMEDADES.**

el riesgo de los problemas de salud mental se dan a diferentes como son los cambios importantes de la vida, la muerte de un ser o perdida de empleo.

**ESTRATEGIAS**

hacer mucho ejercicio acompañado de una buena alimentacion