



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Juan Antonio Cruz Hernández

Nombre del tema: Psicología y Salud:

- Comprensión de las Enfermedades
- Estilos de Vida Saludables

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología y Salud

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: I ro



Comprensión de las enfermedades

MODELOS DE COGNICION SOCIAL Y CANCER

El cáncer es una de las enfermedades más temidas, por cualquier persona que pudiera padecerla

CANCER

El cáncer se considera dentro de la categoría de las enfermedades crónico-degenerativas; su aparición se asocia con características biológicas de las personas, sus estilos de vida, con el aumento de la esperanza de vida al nacer y con otras condiciones propias del desarrollo.

RESPUESTA PSICOLOGICA

- Enfermedad temida
- Serie de respuestas emocionales
- Temor al diagnóstico

TECNICAS DE RECOLECCION DE DATOS

La recolección de datos es una de las actividades en donde deben agruparse y se recogen elementos que son importantes dentro de un contenido específico. Comúnmente se hacen con el fin de generar información importante para el desarrollo de un trabajo determinada o un proyecto

IMPORTANCIA

Es la de obtener información que establezca resultados en determinado tema de estudio.

TECNICAS

- Entrevistas
- Encuestas
- Observación
- Cuestionarios

MCS

Analiza dos aspectos de las representaciones individuales de la conducta de salud en respuesta a la amenaza de la enfermedad

USOS

- Realización de rayos X
- Prueba de Papanicolao
- Conductas de tabaquismo
- Autoexamen de mama

CONTRIBUCIONES POSITIVAS

- Conceptuar las creencias
- Analizar la influencia de las creencias ante la enfermedad
- Comprobar que existe una estrecha relación entre la percepción de adquirir alguna enfermedad y las conductas preventivas

PSICOLOGIA Y SIDA

El estrés de tener una enfermedad o afección médica grave, como el VIH, puede afectar negativamente la salud mental de una persona.

QUE DEBE HACER UNA PERSONA CON VIH

- ❖ Pueden hablar con su proveedor de atención medica para informar como se sienten
- ❖ Unirse a un grupo de apoyo
- ❖ Dormir lo suficiente
- ❖ Comer sanamente
- ❖ Mantenerse físicamente activos

INTERVENCION PSICOSOCIAL EN DIABETES

Una persona con diabetes puede reaccionar ante la subida de la glucosa diciendo "soy un fracaso"

HIPOCONDRIA: PRESENTACION CLINICA

La hipocondría es un trastorno en el que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad

TRATAMIENTO

Se definen claramente con el paciente los objetivos de la terapia, que son que pierda la angustia y el miedo a la enfermedad que teme para poder retomar el sentido de su vida

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

VARIABLES FISICAS

La actividad física es una importante alternativa para una vida saludable, incluyendo no tener dolores, no disminuir nuestras capacidades, mantenerse mentalmente activo y no reducir involuntariamente nuestras actividades.

IMPORTANCIA

La actividad física regular es importante para la buena salud

VARIABLES SOCIALES

Circunstancias en que las personas nacen crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana

VARIABLES ESPIRITUALES

El concepto de espiritualidad ha ido cobrando cada vez más importancia, excedió los límites de la religión y de la moral

MODELOS DE ESPIRITUALIDAD EN SALUD

- Tradicional-Histórica
- Moderna
- Tautológica Moderna
- Clínica Moderna

ESTRATEGIAS PARA UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA

- Nutrición
- Ejercicio Físico
- Respiración

PROMOCION DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

- Alimentación
- No tomar alcohol
- No fumar
- Buena higiene
- Dormir bien
- Cuidar la salud mental