



**Mi Universidad**

**SUPER NOTA**

*Nombre del Alumno: Yesica Ledezma Vázquez*

*Nombre del tema: psicología y salud*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Psicología y salud*

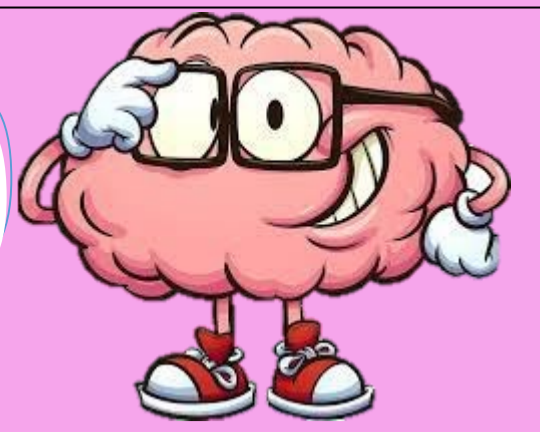
*Nombre del profesor: Liliana Villegas López*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: I ro*



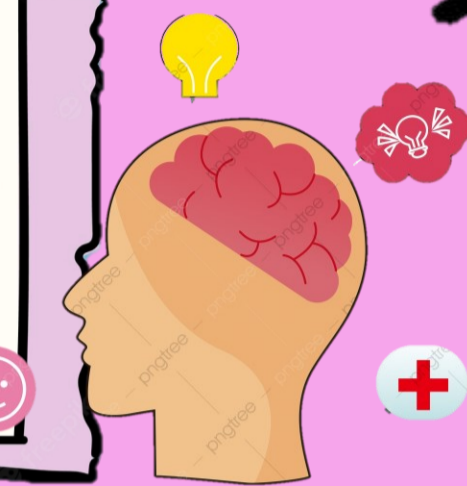
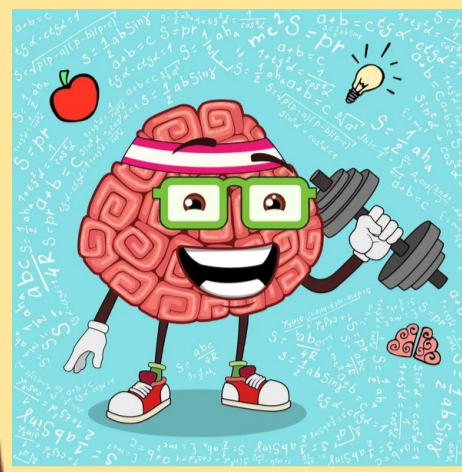
# PSICOLOGIA Y SALUD



Bloom (1988): La psicología de la salud tiene que ver con el estudio científico de la conducta, las ideas, actitudes y creencias relacionadas con la salud y la enfermedad

¿Que es la salud ?

Según Brenner y Wrubel (1989) el bienestar, como sentimiento subjetivo, es el resultado de experimentar salud o auto-percibir que nuestro organismo funciona de manera congruente e integrada.



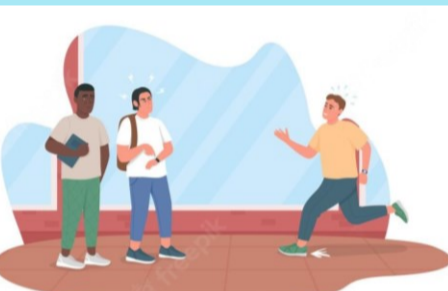
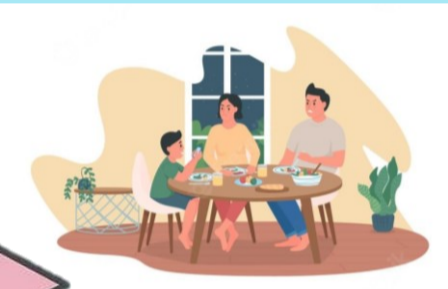
## Importancia de la psicología en la salud

Se interesa por el comportamiento, actitud y procesos que pueden estar ocurriendo en un individuo de tal forma que afecten a su salud.



Estilos de vida :

Ardell (1979): Aquellas conductas sobre las que un individuo tiene control y que incluyen todas las acciones que afectan a los riesgos para la salud".



Factores emocionales

Las emociones se consideran adaptativas y dependerán de la evaluación que la persona haga del estímulo, es decir, del significado que le dé a este, y de la respuesta de afrontamiento que genere.



## FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

Ansiedad:

Cuando alcanza niveles exagerados, esta emoción normalmente útil puede dar lugar al resultado opuesto: impide enfrentarse a la situación, paraliza y trastoca la vida diaria.



El neuroticismo se caracteriza por altos niveles de angustia o ansiedad anticipatoria, inseguridad, tendencia acentuada a la rumiación y a la preocupación"



Los trastornos mentales deben ser considerados como enfermedades cerebrales, ya sean primarias o secundarias (padecimientos somáticos que afectan secundaria y eventualmente al cerebro, como el paludismo, la fiebre tifoidea, etc.).



Estrés:

Puede afectar a personas de cualquier edad, género y circunstancias personales y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica.



Bibliografía:

Antología psicología y salud, licenciatura en enfermería 1º cuatrimestre, universidad del sureste (UDS ). Pag: 8- 70