



Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Laura Cecilia Mendoza Aguilar.

Nombre del tema: Fundamento de la psicología de la salud y Factores psicológico de riesgo.

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología y salud.

Nombre del profesor: Liliana Villegas López.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: I

¡FUNDAMENTO DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD Y FACTORES PSICOLÓGICOS DE LA SALUD!

ORIGENES DE LA CONDUCTA HUMANA

Las conductas humanas, constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad.



IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA DE 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, se centra en valorar la enfermedad, y qué procesos la engloban para que se produzca se encarga de valorar todos los factores emocionales

COMPORTAMIENTO Y SALUD

La psiconeuroinmunología, disciplina que estudia la interacción entre cerebro, conducta y sistema inmune



ESTILOS DE VIDA

forma genérica en la que se conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad del individuo o bajo una mezcla de responsabilidad del individuo

FACTORES EMOCIONALES

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello.



ANSIEDAD Y ESTRÉS

La ansiedad es una sensación experimentada por todos, en mayor o menor medida, en diferentes momentos de la vida cotidiana

ANSIEDAD Y PERSONALIDAD

El individuo con elevada ansiedad rasgo tiende a reaccionar con altos niveles de ansiedad en diferentes momentos y en gran variedad de situaciones.



TEORÍAS SOBRE LA RELACION ENTRE ANSIEDAD Y RENDIMIENTO

Los sujetos con alta ansiedad suelen mostrar pensamientos autodespreciativos y rumiativos sobre su ejecución centrándose más en sí mismos que en la tarea, situación que es activada por la presión que la propia situación genera,



NEUROTICISMO Y ANSIEDAD

Rasgos de personalidad y comportamientos Si eres capaz de detectar una nueva minúscula manchita en tu cuerpo y corres de inmediato al médico para descartar que no sea mortal



¿COMO ENFRENTARSE A UN NIVEL DE ANSIEDAD EXCESIVO?

Entre los trastornos de ansiedad de más difícil tratamiento se encuentra el obsesivo compulsivo (TOC). La exposición con prevención de respuesta (EPR) es la terapia psicológica de elección en estos momentos para él.

