



UDS

Mi Universidad

Nombre del Alumno: María Fernanda Dearcia Albores

Nombre del tema: Introducción a la psicología de la salud

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología de la salud

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1ºA

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez Chiapas 25 de septiembre del 2022



PSICOLOGÍA DE LA SALUD



Constituye una de las áreas de estudio más fascinantes para la psicología por varias razones.

- Abarca e integra diversos niveles de análisis, como factores individuales, relaciones interpersonales y el contexto social.
- Investigación de procesos básicos especialmente fisiológicos y cognitivos
- Estudia el comportamiento, emociones, sentido de bienestar personal, el sufrimiento, con la enfermedad y por ultimo con la muerte.

Es la rama aplicada que se dedica al estudio de los componentes subjetivos y de comportamiento de proceso Salud-Enfermedad y de atención en salud.



La psicología de la salud estudia la conducta, ideas, actitudes y creencias.





OBJETIVOS

Comprensión de los factores psicológicos involucrados en el proceso de Salud-Enfermedad de un individuo o una comunidad y el objetivo principal en cualquier intervención será la prevención.



La prevención puede ser abordada desde dos perspectivas distintas.



Promoción de la salud

Impulsar estilos de vida saludables con la intención de desarrollar un estado integral de bienestar físico y psicológico en el individuo para mejorar su calidad de vida.

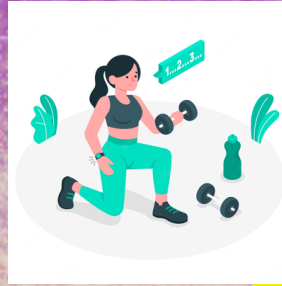


Prevención de la enfermedad

Las acciones que plantea se basan sobre los factores de riesgo asociados con el desarrollo de una enfermedad.



TORRES
Y
BELTRÀN



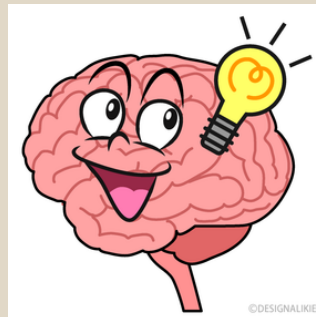
CUERPO

ESPIRITUAL

Para ellos la psicología de la salud debe entenderse una actividad profesional encaminada a estudiar e influir sobre aquellos aspectos de la esfera psicológica.

MENTE

ENTORNO



CONDUCTAS RELEVANTES PARA LA SALUD

Las personas pueden usar ciertas conductas que son relevantes para su salud, tales como comer, ingerir alcohol, fumar o aún practicar ejercicios.

En algunos casos los individuos se involucran en ciertas conductas para evitar o aminorar experiencias emocionales negativas



Por ejemplo, las personas ingieren alcohol por la expectativa de que el alcohol tendrá influencia en su estado emocional





CONDUCTAS DE ENFERMEDAD

Las conductas de enfermedad se orientan a buscar información y ayuda



Se incluyen conductas tales como interpretar los síntomas, buscar consejo de amigos, familiares y buscar atención médica

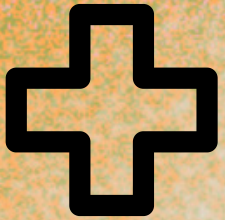


También puede considerarse una conducta de enfermedad el no hacer nada y esperar que el problema se resuelva solo.





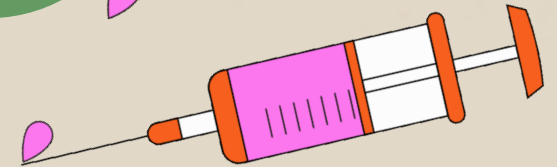
CONDUCTAS DE SALUD



Son aquellas personas que adoptan en ausencia de cualquier indicio o síntoma y están destinadas a estar bien



Las conductas serían vacunarse, hacer ejercicio, realizar exámenes médicos, tomar vitaminas, seguir una dieta equilibrada, etc.



Es decir, se refieren a acciones que realizamos mientras estamos saludables y que pueden mantener o mejorar nuestro estado de salud.

CONCLUSIÓN

Desde mi punto de vista es de gran importancia la psicología de la salud ya que abarca la promoción y mantenimiento de la salud como prevención y tratamiento de la enfermedad.

Cada vez este ámbito de aplicación abarca nuevas áreas y se abren nuevas estrategias de intervención en la promoción de la salud, prevención, tratamiento y rehabilitación de la enfermedad siendo más amplias las intervenciones en el área de salud.

Quedan establecidos entre los objetivos principales de la psicología de la salud el aumento de bienestar de las personas; prevención o modificación de las enfermedades: mejor funcionamiento de casos con trastornos.

Me queda claro que hay factores conductuales que favorecen la salud, así como hay otros que la desmejoran. La mayoría de las enfermedades están relacionadas con nuestra conducta y son prevenibles. Nacemos con buena salud y nos enfermamos como resultado de una conducta y unas condiciones ambientales inadecuadas.

Lista De Referencia

https://www.moodle.utecv.esiaz.ipn.mx/pluginfile.php/29205/mod_resource/content/1/libro-desarrollo-humano-papalia.pdf

Diane E. Papalia

Sally Wendkros Olds

Ruth Duski Feldman

Director Higher Education: Miguel Ángel Toledo Castellanos

Editor sponsor: Jesús Mares Chacón

Supervisor de producción: Zefarino García García

DESARROLLO HUMANO

Undécima edición

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472008000200002

El estado del arte de la Psicología de la Salud

Luis A. Oblitas¹

Universidad del Valle de México

Diapositiva | Encuadre, Temas 1.1 a 1.2.pdf

Página 12 – 16 (Página 2 y 3)