



**Mi Universidad**

**SUPER NOTA**

Nombre del Alumno: Adriana Eunice Figueroa López

Nombre del tema: Fundamentos de la psicología de la salud

Parcial : 1

Nombre de la Materia: Psicología y salud

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1

# PSICOLOGÍA DE LA SALUD

## Introducción

La Psicología de la salud hace referencia a los cambios que ocurren en nuestra mente y cuerpo.



Parece tener sus orígenes en los años 70

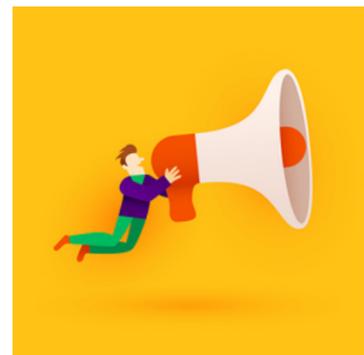
Este campo se ve involucrado en la prevención y reducción de factores de riesgo de enfermedades en los seres humanos.



- La evolución de este campo con las tecnologías nos permite tener un mejor conocimiento para mejorar la calidad de vida



Aunque la formación profesional en esta área es deficiente, es necesario continuar con la prevención y reducción de enfermedades



- Nota:

Bloom (1988) define que, la Psicología de la salud tiene que ver con el estudio de las las conductas, las ideas, actitudes y creencias relacionadas con la salud y enfermedad

# Salud

## Definición

Bienestar físico, psicológico y social. Va mucho más allá del esquema biomédico, abarcando la esfera subjetiva y del comportamiento del ser humano



Dubos sostiene que la salud es "el estado de adaptación al medio y la capacidad de funcionar en las mejores condiciones de este medio"



El paradigma actual en este campo señala que la calidad del bienestar psicológico y físico depende, principalmente, de nuestros hábitos de vida



## Pilares de la salud

- Salud física



- Salud social



- Salud mental



- Salud espiritual



# Es un derecho

Por derecho a la salud se entiende la facultad que debería tener toda persona para acceder a cierta calidad de vida, a la prevención y a la atención médica cuando lo necesita



• **Psicosocial**

Normas, valores y cultura



Sistema de salud

Estilo de vida (trabajo y educación)

Valoración positiva



# Salud

componentes

• **Biológico**



Factores hereditarios

Alimentación

Prevención

Higiene y cuidado del cuerpo

• **Ecológico**

Actitudes ante la presión del medio ambiente

Condiciones del ambiente urbano y rural



Condiciones de los elementos

Condiciones de la vivienda



# Salud-Enfermedad



## Concepto

La enfermedad es la ruptura del equilibrio (tanto en el estado físico como en el psíquico) del individuo y su relación con el ambiente. La enfermedad se produce cuando un factor interno o externo sobrepasa nuestra capacidad de adaptación



## Razón de las enfermedades

Muchas de las enfermedades crónicas son el resultado de la acumulación de conductas no saludables y condiciones ambientales perjudiciales



## Características

1. Motoras: Movimientos incontrolados e involuntarios
2. Psiquiátricas: Cambios de personalidad o carácter
3. Cognitivas: Enlentecimiento del pensamiento y de las capacidades de comprensión y expresión



# CONCLUSIÓN

Finalmente a través de esta Super Nota se puede conocer de manera sintetizada los conceptos que embargan a la salud y la enfermedad, de manera que, tengamos un conocimiento mas amplio de estos términos que forman parte esencial en la Psicología de la salud.

Sin duda alguna el conocer el fundamento de la profesión de la Psicología de la salud , nos abre un panorama distinto al que regularmente estamos acostumbrados, ya que, de esta forma se puede promover la prevención de enfermedades que vayan acorde de las distintas edades de las personas quienes conforman la sociedad.

Por ello es importante que si nosotros anhelamos tener una buena salud, las condiciones en las que vivamos sean adecuadas, para evitar riesgos de enfermedades que puedan atentar contra nuestra vida. No olvidemos que nuestra salud es una responsabilidad que tenemos y debemos defenderla y protegerla.

# BIBLIOGRAFÍA

- <http://www.coreadeh.org/enfermedad-de-huntington/caracteristicas-y-sintomas/>
- Barone Luis Roberto-ENCICLOPEDIA TEMÁTICA ILUSTRADA(CULTURAL LIBRERA AMERICANA S.A- [Pág.141.Pág.142]