

Alumno: Shaila Yasmin López Cruz

Tema: Fundamentos de la psicología y factores psicológicos

Parcial: 1

Materia: Psicología y salud

Docente: Lic. Luis Angel Galindo Arguello

Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre: Primer cuatrimestre

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

Definiciones de psicología según:

Aspectos en cuenta

Psicológicas

Biológicos

Sociales

Stone

Comprende la aplicación de los conceptos y métodos psicológicos

Matarazzo

Contribuciones profesionales
Mantenimiento de la salud
Prevención

Rodríguez Palacios

Garantizar mejores condiciones de salud física, psíquica y social

Concepto de salud

Distintos grupos de vitalidad

GIL RODRIGUEZ, LEON RUBIO Y JARANA EXPOSITO
Es el sustrato básico para la autorrealización del ser humano

BRENNER Y WRUBEL "Percibir que nuestro organismo funciona de manera congruente"

Orígenes de la conducta humana

EUROPA

Comportamiento moderno, aprox, 40,000 de una manera muy abrupta

CRISTOPHER HENSILWOOD

Piezas intencionalmente grabadas, diseño geométrico y abstracto

Variables independientes en la salud

Tres tipos

Situacionales

Apoyo social que se recibe de otros

Consecuencias anticipadas de las conductas saludables

Personales

- ✓ Creencias
- ✓ Percepciones
- ✓ Expectativas
- ✓ Motivaciones

Variables ambientales como condicionantes de la salud

Problemas que representan riesgo para la salud

- Lluvia acida
- Disminución de la capa de ozono
- Desertificación
- Cambios climáticos

Causas

- Enfermedades infecciosas
- Vida carente de higiene
- Aguas residuales
- Falta de alimentos
- violencia

Importancia de la psicología de la salud

Su aparición 1978

Se centra

Psicólogo se encarga

Valorar las enfermedades

Procesos que engloban para que se produzca

Evaluar, observar y comunicarse con el paciente

Objetivos

Fomentar la salud

Prevención de enfermedades

Investigación

Estudiar todos los factores



Comportamiento y salud

Marcador genético

Programado para desarrollar alguna enfermedad

Psiconeuroinmunología

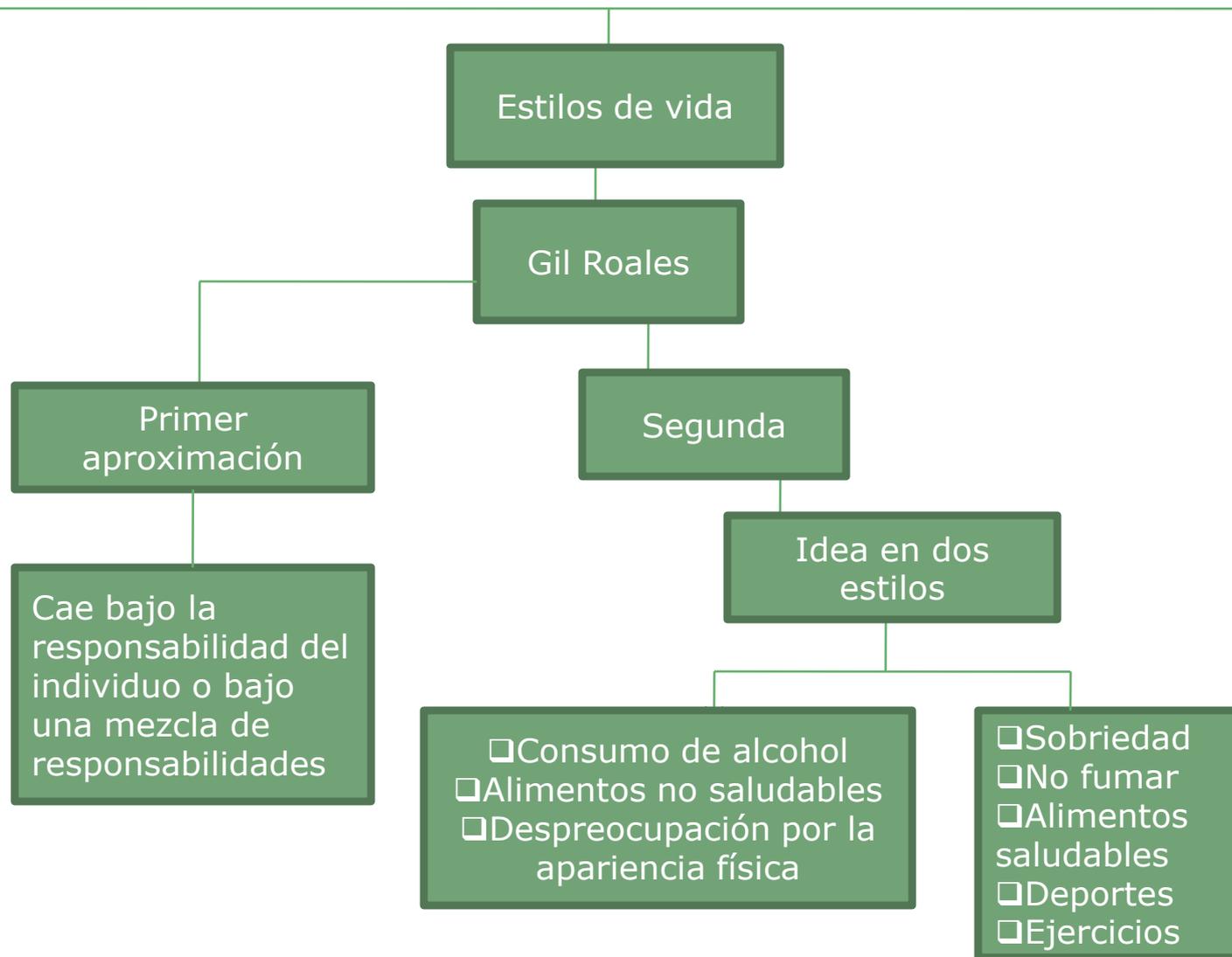
Interacción entre:

Cerebro, conducta y sitema inmune

Psicologicos

Fisiológicos

Regula la susceptibilidad a padecer una an enfermedad



Modelos de relación entre personalidad y salud

Existen varios modelos explicativos cómo:

Importancia que le otorgan a los aspectos para fundamentar su enfoque

Janz y Becher

Creencias sobre la salud

Edwards

Teoría de la utilidad subjetiva

Pretince- Dunn y Rogers

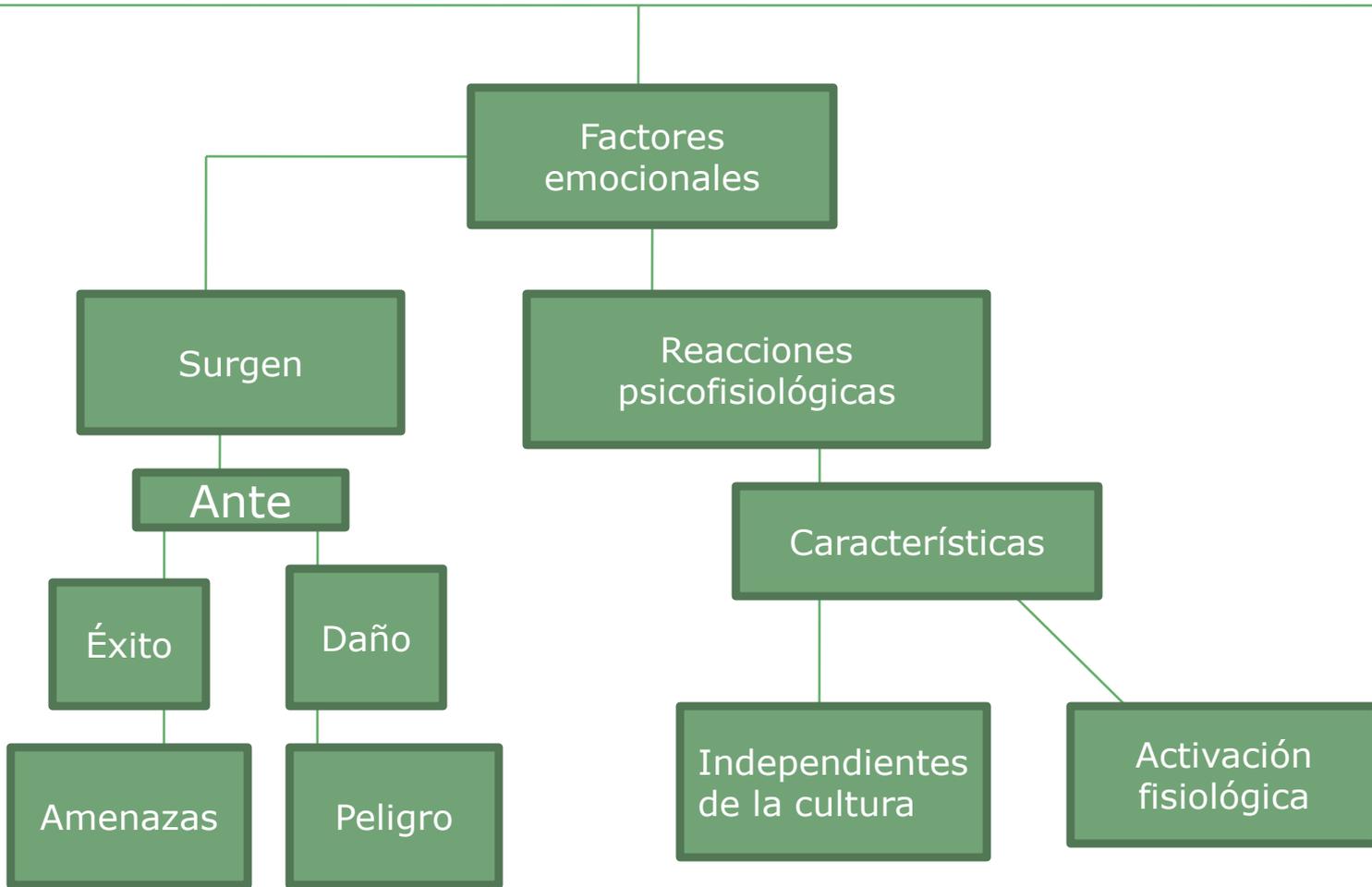
Teoría de la motivación por la protección

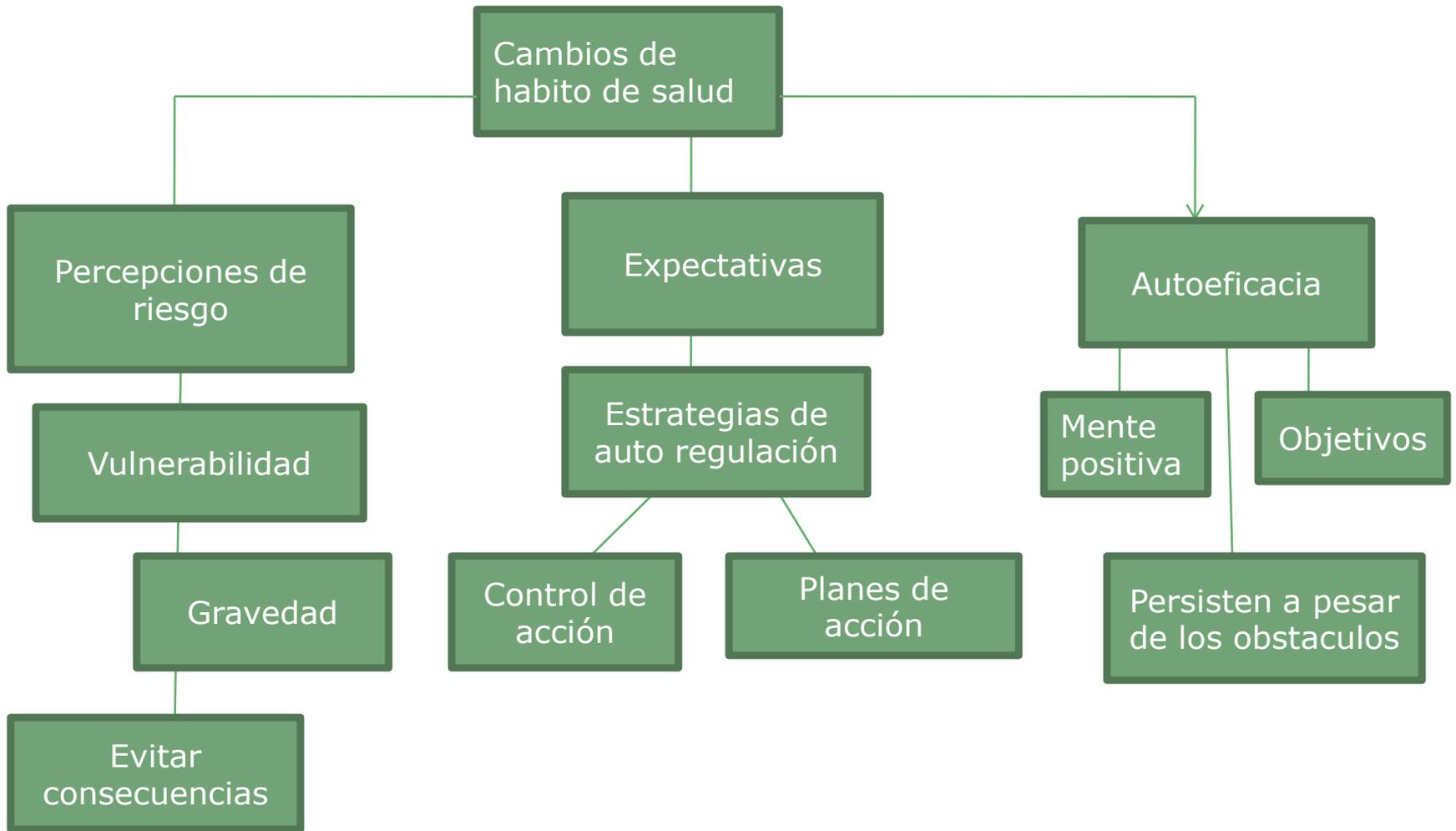
Entre personalidad y salud

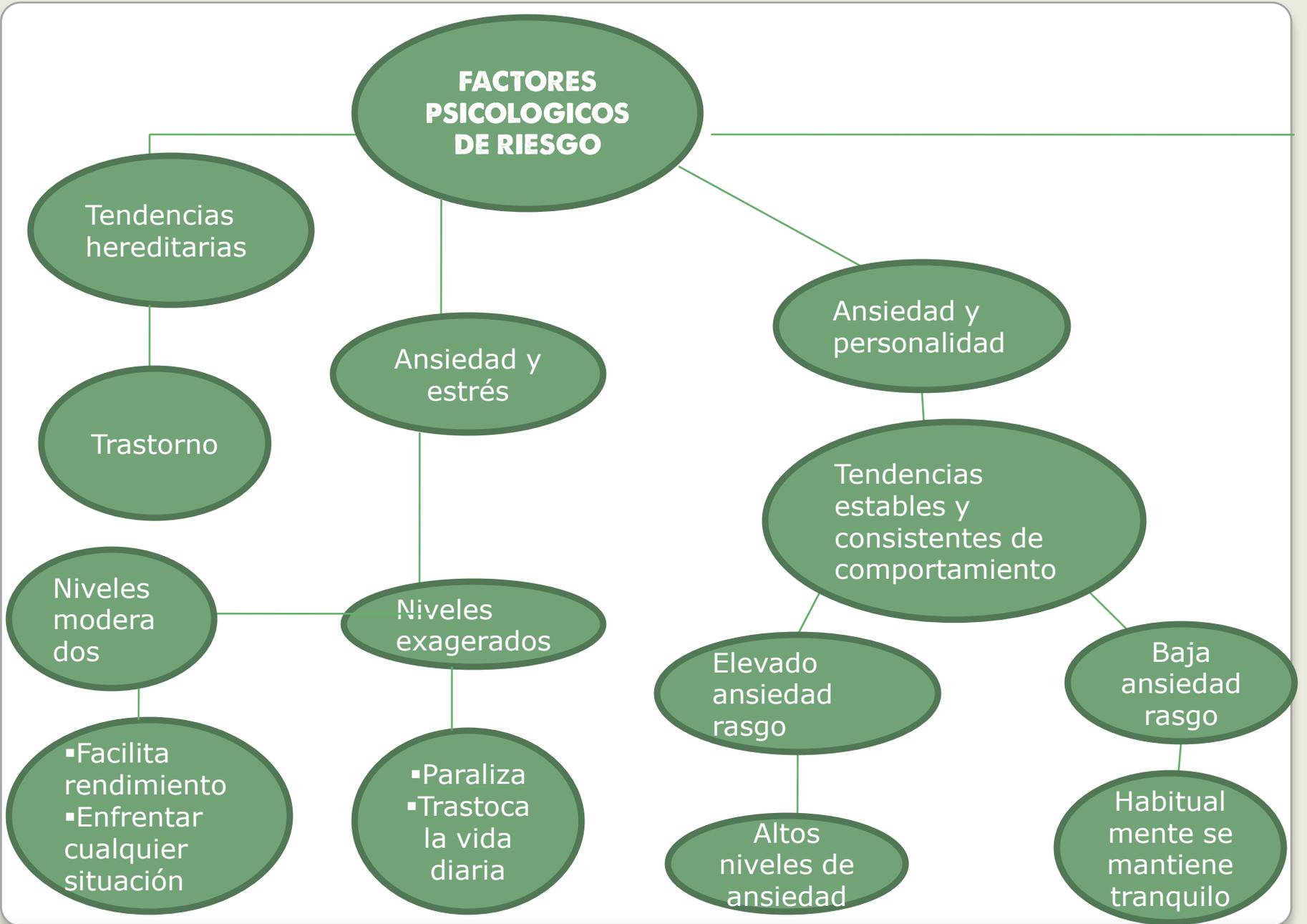
La personalidad induce hiperactividad

Predisposición conductual

Personalidades como determinante de conductas agresivas







FACTORES PSICOLOGICOS DE RIESGO

Tendencias hereditarias

Trastorno

Niveles moderados

- Facilita rendimiento
- Enfrentar cualquier situación

Ansiedad y estrés

Niveles exagerados

- Paraliza
- Trastoca la vida diaria

Ansiedad y personalidad

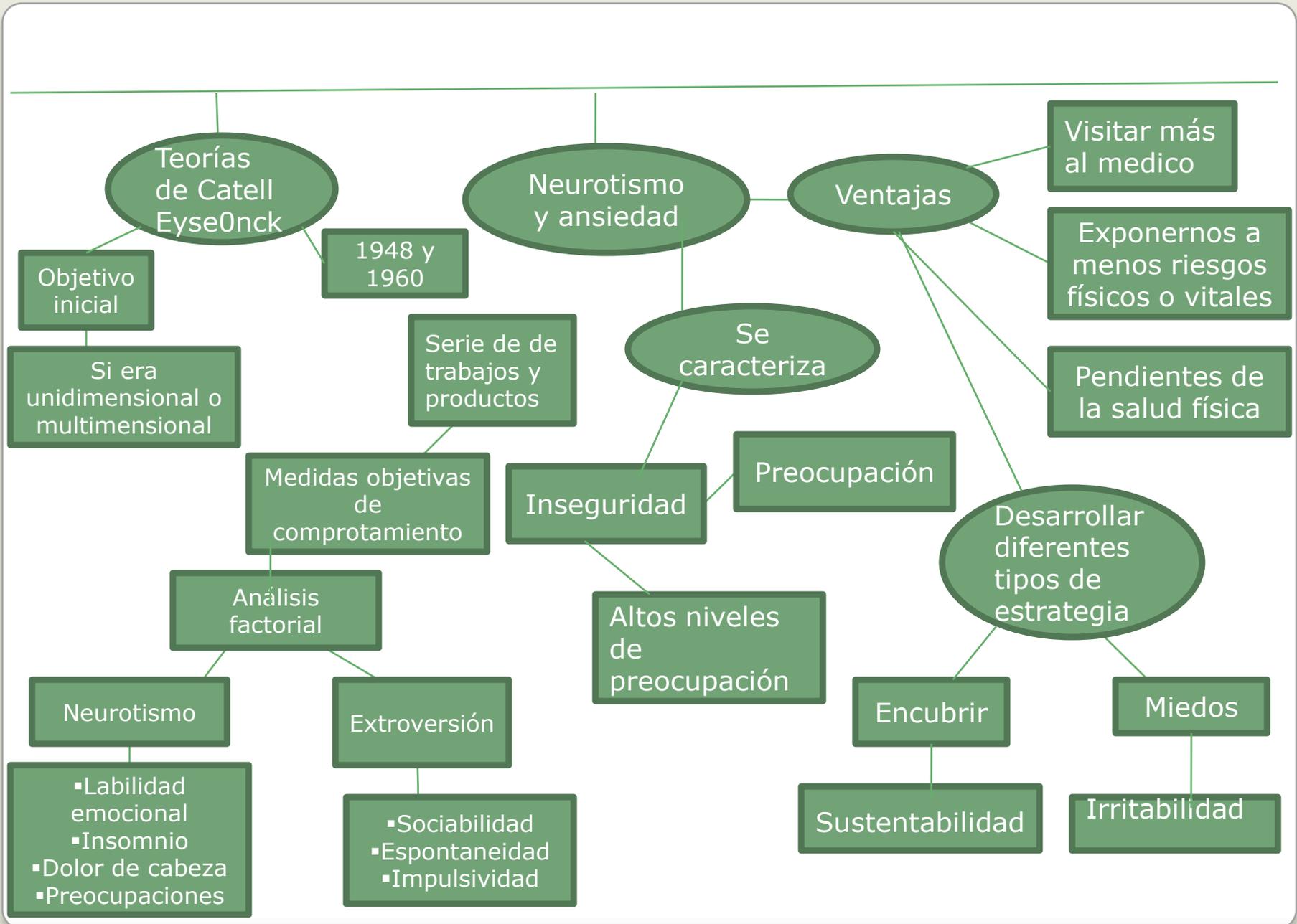
Tendencias estables y consistentes de comportamiento

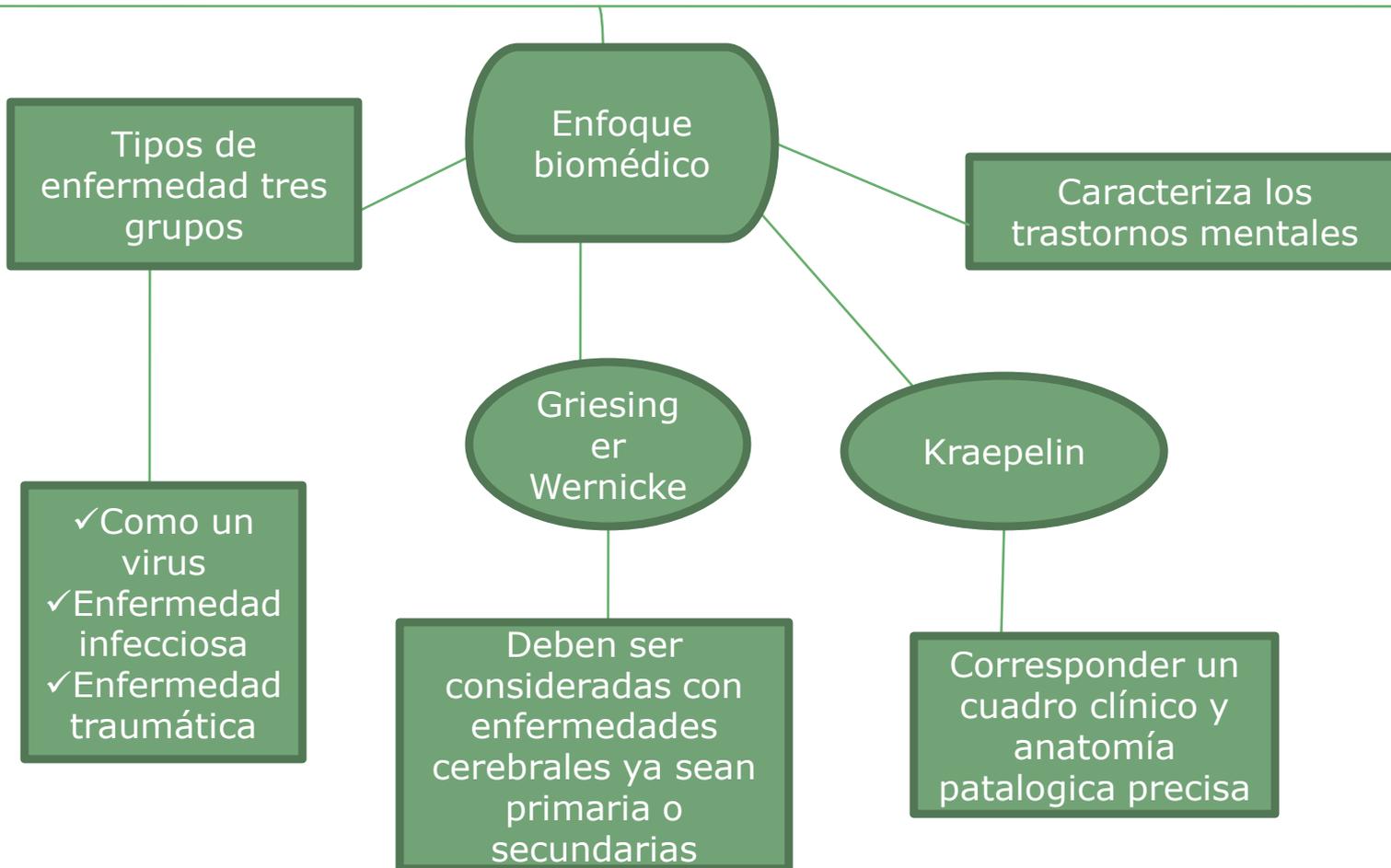
Elevado ansiedad rasgo

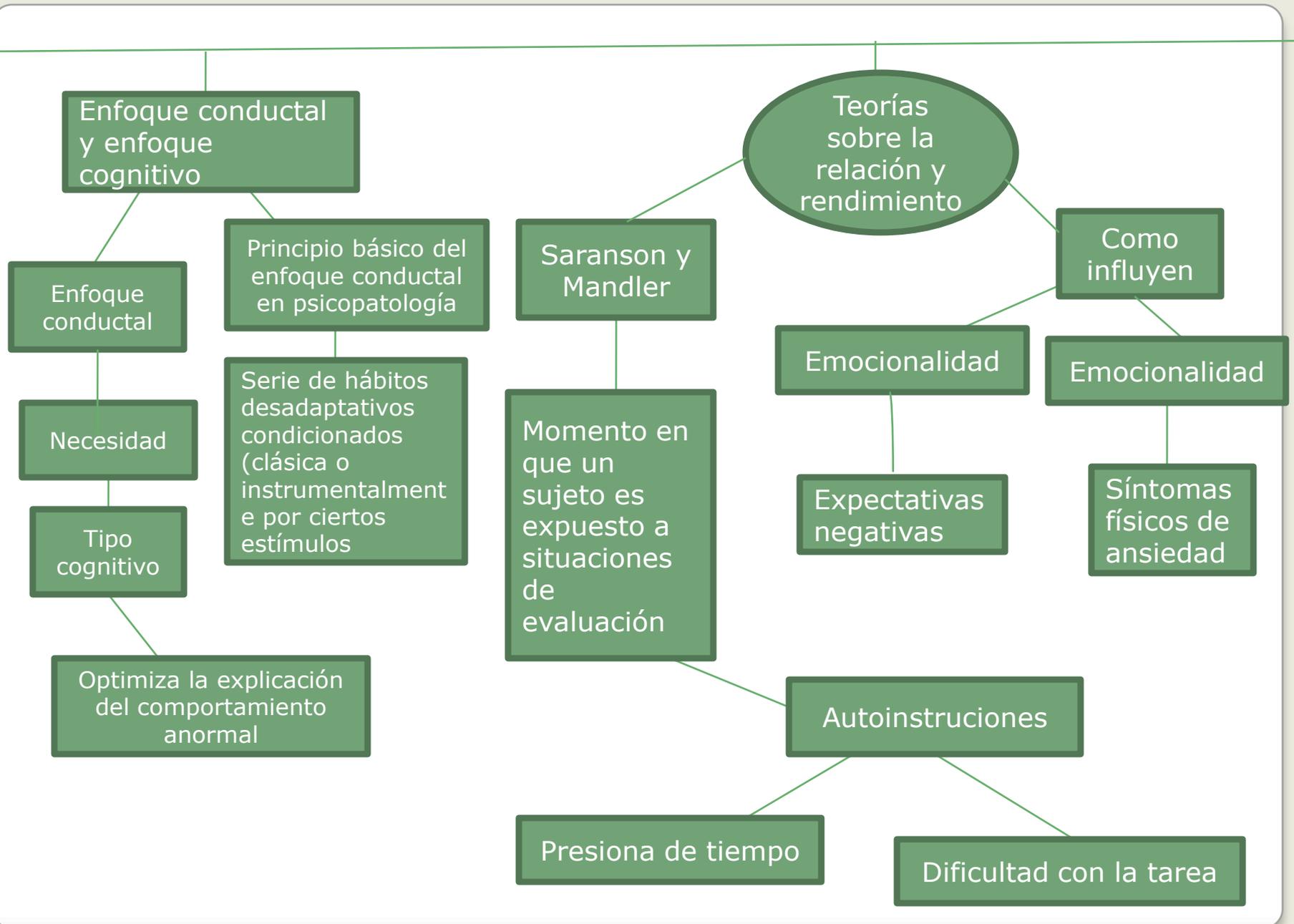
Altos niveles de ansiedad

Baja ansiedad rasgo

Habitualmente se mantiene tranquilo







Enfoque conductual y enfoque cognitivo

Enfoque conductual

Principio básico del enfoque conductual en psicopatología

Necesidad

Tipo cognitivo

Optimiza la explicación del comportamiento anormal

Serie de hábitos desadaptativos condicionados (clásica o instrumentalment e por ciertos estímulos)

Saranson y Mandler

Momento en que un sujeto es expuesto a situaciones de evaluación

Teorías sobre la relación y rendimiento

Como influyen

Emocionalidad

Expectativas negativas

Emocionalidad

Síntomas físicos de ansiedad

Autoinstrucciones

Presiona de tiempo

Dificultad con la tarea



Reestructuración cognitiva e intervención sobre el autoconcepto y la autoestima

Se utilizan preguntas

Imaginación

Procedimiento de auto registro

Simulación de situaciones

Procesos de reestructuración cognitiva

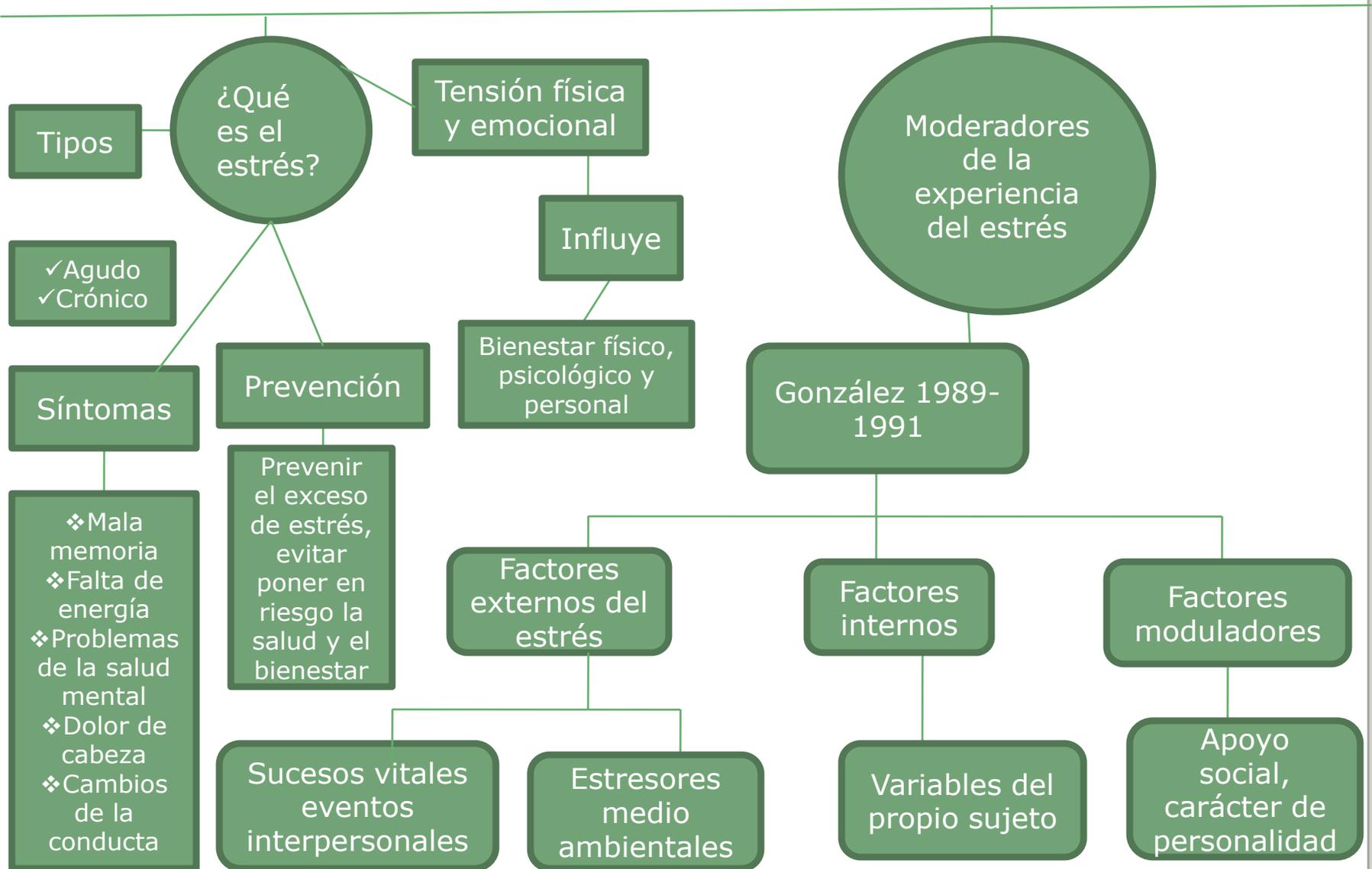
Detectar los pensamientos de autoevaluación

Discutir los pensamientos activamente

Buscar alternativas de pensamiento

Autoconceptos y autoestima

Influídos por el concepto que otros tienen de nosotros



Moderadores de la experiencia

González 1989-1991

Tres tipos de factores

Factores internos

VARIABLES DEL PROPIO SUJETO

Factores externos de estrés

ESTRESORES MEDIOAMBIENTALES

SUCESOS VITALES
EVENTOS INTERPERSONALES

Factores modulares

Apoya social carácter de personalidad

Conclusión

Cómo sabemos la psicología de la salud es sumamente importante es el estudio de los procesos psicológicos y de comportamientos, ayuda a personas que presentan complicaciones en la salud, su importancia constituye un excelente alternativa para comprender los mecanismos de la salud y enfermedad.

La salud mental incluye el bienestar emocional, psicológico y social de una persona, también el como maneja el estrés y situaciones, la salud mental hace referencia a un supuesto equilibrio funcional de la actividad psíquica que llevaría al estado de bienestar psicológico pero no es fácil saber de que trata por un lado habla sobre algo que le cede al sujeto la cual se encuentra satisfactoriamente y también por otro lado el concepto actividad psíquica representa el conjunto de procesos que configuran el psiquismo humano.

BIBLIOGRAFIA

Autor: Soutollo Esperón, Cesar
Pag, 125 (P1,P2, P3)

<https://www.google.com/amp/s/cuidateplus.marca.com/enfermeddes/psicologicas/>