

# **UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**ALUMNA**

**ERIKA MATEO ALTUNAR**

**CUATRIMESTRE: 1<sup>o</sup> GRUPO: "B"**

**MATERIA**

**PSICOLOGIA Y SALUD**

**TRABAJO**

**MAPA CONCEPTUAL**

**PROFESORA**

**LIC.MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ**

**CARRERA: LIC. EN ENFERMERIA**

**12 A 26 DE SEPTIEMBRE DE 2022**

# LA PSICOLOGIA DE LA SALUD

## SALUD

- PREVENCIÓN
- TRATAMIENTO DE ENFERMEDAD

## ESTILO DE VIDA

- CONDUCTA
- IDEAS
- ACTITUDES
- CREENCIAS RELACIONADAS CON SALUD Y ENFERMEDAD

- ✚ EJERCICIO FISICO REGULAR
- ✚ RESPIRAR AIRE OXIGENADA
- ✚ DORMIR 7-8 HORAS DIARIAS
- ✚ REALIZAR CONTROLES MEDICOS PREVENTIVOS

- ✚ FUMAR
- ✚ CONSUMO DE ALCOHOL
- ✚ DROGAS

- ❖ COMPORTAMIENTO AFECTA DIVERSOS SISTEMA DE CUERPO

- ❖ HABITOS COMO FUMAR, ASOCIADO FUERTEMENTE CON EL CANCER, ENFERMEDAD RESPIRATORIA Y CARDIACAS; EL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS, QUE AFECTA DIVERSOS SISTEMA DEL CUERPO

## FACTORES PSICOLOGICOS DE RIESGO

### ANSIEDAD Y ESTRES

- ❖ AMENAZAS
- ❖ INTENSIDAD DE ANSIEDAD
- ❖ INESTABILIDAD
- ❖ APEGO
- ❖ PELIGRO
- ❖ PERDIDA

- ❖ ATAQUE CARDIACO
- ❖ NO PODER RESPIRAR
- ❖ MUERTE
- ❖ PERDER CONTROL
- ❖ ENLOQUECIMIENTO

### CONDUCTA HUMANA

- ❖ COMPORTAMIENTO INDIVIDUAL Y COLECTIVO
- ❖ HABITOS DE VIDA
- ❖ APOYO SOCIAL
- ❖ CREENCIAS, PERCEPCIONES, EXPECTATIVAS Y MOTIVACIONES

- SAUD ES UN ESTADO COMPLEJO BIENESTAR FISICO, MENTAL Y SOCIAL
- LA RELACION ENTRE LOS ASPECTOS PSICOLOGICOS PERSONALIDAD, SALUD Y ENFERMEDAD
- FUNCION SOCIAL
- FUNCION MOTIVACIONAL

# FACTORES PSICOLOGICOS DE RIESGO

❖ LA ANSIEDAD ES UNA SENSACION EXPERIMENTADA EN DIFERENTES MOMENTOS DE LA VIDA COTIDIANA

## LOS SINTOMAS DE LOS TRANSTORNOS MENTALES

- PALUDISMO
- FIEBRE
- TIFOIDEA

## FACTORES EMOCIONALES

- IRA
- TRISTEZA
- DEPRESION
- TENSION MUSCULAR
- NEUROTRANSMISION
- ACTIVACION DE SISTEMA NERVIOSA
- CORTISOL

## TIPOS DE ENFERMEDAD

- VIRUS
- ENFERMEDAD INFECCIOSA
- ENFERMEDAD SISTEMATICA

- ATACA AL ORGANISMO
- MAL FUNCIONAMIENTO DE ALGUN ORGANO
- TRAUMA, TRANSTRORNO MENTAL

❖ LA ANSIEDAD ES UNA REACCION NORMAL Y SALUDABLE, SE ACTIVA ANTE UNA AMENAZA O UN PELIGRO.