



ASUNTO:

MAPA CONCEPTUAL

UNIDAD I: FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

CARRERA: ENFERMERÍA GENERAL

NOMBRE DEL PROFESOR: MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: ROSALIA LOPEZ LOPEZ

GRUPO: " B "

PRIMER CUATRIMESTRE

MATERIA: PSICOLOGIA Y SALUD

PICHUCALCO, CHIS. SEPTIEMBRE 2022.



FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

es

Estado de completo bienestar físico, mental y social.

Se divide en



FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

Ansiedad y estrés

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

Ayuda

Cuando se presenta en niveles moderados, facilita el rendimiento.

Cuando alcanza niveles exagerados, esta emoción normalmente útil puede dar lugar al resultado opuesto: impide enfrentarse a la situación, paraliza y trastoca la vida diaria.

Ansiedad y personalidad

En psicología de la personalidad se denominan rasgos a las tendencias estables y consistentes de comportamiento.

cuando

La persona con extroversión tiende a ser sociable durante la mayor parte del día, y casi todos los días, y también en diferentes entornos como el trabajo o una fiesta.

La persona con baja ansiedad rasgo, habitualmente se mantiene tranquilo en casi todo momento y en la mayor parte de situaciones.

Teorías de Cattell, Eysenck

Cattell. El objetivo inicial de las investigaciones de Cattell sobre la ansiedad era dilucidar si este constructo tenía un carácter unidimensional o, al contrario, multidimensional.

Eysenck. Las dimensiones de neuroticismo (N) y extroversión (E) fueron establecidas a partir de evaluaciones que diferentes técnicos hicieron sobre 700 soldados con diagnóstico de neurosis durante la Segunda Guerra Mundial (1947).

Neuroticismo y ansiedad

El neuroticismo se caracteriza por altos niveles de angustia o ansiedad anticipatoria, inseguridad, tendencia acentuada a la rumiación y a la preocupación.

Enfoque biomédico

caracteriza los trastornos mentales a partir de criterios fundamentalmente biológicos y que tiene sus raíces en los orígenes de la medicina

Enfoque conductual

Se basa en la necesidad de considerar, además de las relaciones funcionales entre los estímulos y las respuestas

Enfoque cognitivo

Evita la activación fisiológica evitando entrar en razón

¿Cómo enfrentarse a un nivel de ansiedad excesivo?

Las técnicas más eficaces son aquellas que combinan procedimientos cognitivos y conductuales

¿Qué es el estrés?

Es producida por estresores diferentes como agentes físicos, psicológicos o psicosociales

Moderadores de la experiencia del estrés

Modifican la forma en que experimentamos el estrés y los efectos en nosotros como: El propio estrés, la relación de estrés y enfermedad y grado estresante que invade otros aspectos. El grado en que la experiencia estresante

Los diferentes tipos de enfermedad que pueden ser tres

Las cuales son

Un virus, enfermedad infecciosa y enfermedad sistemática.

como

Teorías sobre la relación entre ansiedad y rendimiento

Los sujetos con alta

Reestructuración cognitiva e intervención sobre el autoconcepto y la autoestima

Se explica el concepto de pensamiento negativo, la influencia de la situación, efecto de interpretación, predicciones sobre sentimiento y las acciones.