



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO :ALEJANDRA CRUZ PEREZ**

**NOMBRE DEL TEMA: FUNDAMENTO DE LA  
PSICOLOGÍA**

**PARCIAL:1**

**NOMBRE DE LA MATERIA: PSICOLOGIA Y SALUD**

**NOMBRE DEL PROFESOR:LILIANA VILLEGAS  
LOPEZ**

**NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA  
CUATRIMESTRE:1**

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

# fundamentos de la psicología

introducción a la psicología de la salud

La psicología de la salud se interesa en la relación biopsicosocial de la mente y el cuerpo en un medio sociocultural ..

Se puede considerar que la Psicología de la salud es la rama aplicada de la psicología que se dedica al estudio de los componentes subjetivos y de comportamiento del proceso salud-enfermedad y de la atención en salud.

conceptos de la salud

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social.

origen de la conducta humana

Para Rubinstein, la conducta está determinada por el mundo exterior a través de los fenómenos psíquicos; es decir, que aun cuando los factores sociales ejerzan una gran influencia sobre la conducta humana, esta surge y se desarrolla en la actividad psíquica del sujeto, convirtiéndose posteriormente en un reflejo de la ...

VESTUARIO SILVESTRE

# fundamentos de la psicología

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

**variables independientes de la salud**

Es aquella que puede explicar el porqué del comportamiento de una variable dependiente. También puede llamarse exposición, variable de explicación, factores de riesgo o factores protectores

**variables ambientales como condiciones de la salud**

Entre estos factores se encuentran: La contaminación del agua o el tratamiento deficiente del agua. La mala calidad del aire contiene partículas de dióxido de nitrógeno, ozono o dióxido de nitrógeno, que pueden ser tóxicas. Los residuos.

**importancia de la psicología en la salud**

Puede deducirse que a la Psicología corresponde un papel decisivo en el esclarecimiento de los problemas que están más relacionados con los estilos de vida y en la búsqueda de medios eficaces para la promoción de salud y la adopción de conductas preventivas

VESTUARIO SILVESTRE

# fundamentos de la psicología

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

comportamiento y salud

**El comportamiento influye en la propia salud, desde la forma en que es tratada la información relevante, hasta la manera de adoptar un tratamiento médico. Además, el individuo se integra en un contexto que, a menudo, determina sus opciones y recursos para la salud.**

estilo de vida

**El estilo de vida es una estructuración en las diferentes áreas de la vida cotidiana según la conformación e integración de los sistemas de actividades, comunicación, hábitos y enfrentamiento a los problemas. Tal estructuración constituye una estrategia y actitud del sujeto ante la vida**

modelo de relación entre personalidad y salud

**Resumen. Se revisa en la literatura histórica y actual la relación entre personalidad y salud. El vínculo se establece al considerar la personalidad como un módulo que interactúa en un complejo sistema procesual del cual es producto el proceso de salud-enfermedad**

VESTUARIO SILVESTRE

# fundamentos de la psicología

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

factores emocionales

Los principales factores que influyen en la persona y su manera de manifestar las emociones son: La experiencia del dolor y del placer, ayudan a una mejor adaptación y protección del individuo cuando se superan positivamente. Crean la memoria emocional.

el cambio de hábitos de la salud

Cambiar los hábitos es un proceso que involucra varias etapas. Algunas veces, convertir los cambios en hábitos nuevos lleva tiempo, y podría enfrentar obstáculos en el camino. Adoptar hábitos nuevos y más saludables puede protegerlo de problemas de salud graves como obesidad y diabetes.

enfoque cognitivo conductuales de los cambios de conducta de la salud

La corriente cognitiva conductual intenta eliminar los pensamientos irracionales que provocan conductas patológicas y perjudican la salud del individuo. Consideraciones generales: La mayor parte de la conducta anormal es adquirida y mantenida de acuerdo con los mismos principios que la conducta normal.

VESTUARIO SILVESTRE

# factores psicológicos de riesgo

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

ansiedad y estres

El estrés es un proceso más amplio de adaptación al medio. La ansiedad es una reacción emocional de alerta ante una amenaza. Digamos que dentro de los proceso de cambio que implica el estrés, la ansiedad es la reacción emocional más frecuente. La ansiedad elevada genera estrés.

ansiedad y personalidad

La ansiedad rasgo es una característica de personalidad relativamente estable (a lo largo del tiempo y en diferentes situaciones). El rasgo de ansiedad hace referencia a la disposición del individuo para percibir situaciones como peligrosas o amenazantes y a la tendencia a responder ante estas situaciones con ansiedad.

teoria de cattel y eysenck

Se basan en las correlaciones entre las puntuaciones de los cuestionarios de personas con diferente grado de similitud genética y ambiental. En función de su contenido, los rasgos se pueden dividir en rasgos de capacidad o aptitudinales, de personalidad o temperamentales y rasgos dinámicos

VESTUARIO SILVESTRE

# factores psicológicos de riesgo

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

neuroticismo y ansiedad

El neuroticismo o inestabilidad emocional es un rasgo psicológico relativamente estable y que define una parte de la personalidad, el cual conlleva, para quien puntúa alto en este rasgo: inestabilidad e inseguridad emocional, tasas elevadas de ansiedad, estado continuo de preocupación y tensión, con tendencia a la

enfoque biomédico

El modelo biomédico es el modelo dominante de enfermedad utilizado en la mayoría de los entornos de atención médica occidentales, y se construye a partir de la percepción de que un estado de salud se define puramente en ausencia de enfermedad

enfoque conductual y enfoque cognitivo

Enfoque de la Psicología que entiende que el ser humano actúa (emite conductas) en función de cómo piensa y por tanto se centra en cambiar la forma de pensar (sus cogniciones) para entender de forma diferente sus problemáticas y realizar cambios y mejoras.

VESTUARIO SILVESTRE

# factores psicologicos de riesgo

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

teorias sobre relacion entre ansiedad y rendimiento

Altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, ya que disminuyen la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento escolar. Los muy ansiosos tienen dificultades para poner atención, se distraen con facilidad.

¿como enfrentarse a un nivel de ansiedad excesivo?

- Procurar controlar la respiración. ...
- Buscar un lugar en el que sentir calma. ...
- Verbaliza frases tranquilizadoras que ayuden. ...
- Evitar la acumulación de corrillos alrededor de la persona. ...
- Avisar a urgencias.

reestructuración cognitivo e intervención sobre el auto concepto y la autoestima

Mientras que el autoconcepto es el conjunto de ideas y creencias que forman la imagen mental de cómo somos, la autoestima son las valoraciones que hacemos sobre cada una de esas características, según cuanta diferencia exista entre el autoconcepto real y el autoconcepto idea

VESTUARIO SILVESTRE

factores  
psicologicos  
de riesgo

¡Encuentra tu mejor look con nuestras chamarras, faldas, vestidos y todo tipo de prendas a los mejores precios!

**¿que es el  
estres ?**

**El estrés es la respuesta física o mental a una causa externa, como tener muchas tareas o padecer una enfermedad. Un estresor o factor estresante puede ser algo que ocurre una sola vez o a corto plazo, o puede suceder repetidamente durante mucho tiempo.**

**moderadore  
s de la  
experiencia  
de estres**

**Los factores moderadores son todos los factores que median la relación entre las circunstancias en las que sitúa la persona (como los sucesos vitales) y sus consecuencias sobre la salud, enfermedad y calidad de vida.**