



Mi Universidad

CUADRO SINÓPTICO

NOMBRE DEL ALUMNO: Damián Grisdeli Ordoñez José.

TEMA: FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA DE LA SALUD.

PARCIAL: Primero.

MATERIA: Psicología y Salud.

NOMBRE DEL PROFESOR: Laura Jacqueline López Hernández.

LICENCIATURA: Enfermería.

CUATRIMESTRE: Primero.

**UNIDAD I
FUNDAMENTOS DE
LA PSICOLOGÍA DE
LA SALUD**

SALUD

- CONCEPTO GENERAL { Estado de bienestar físico, psicológico y social. No solo la usencia de alteraciones o de la enfermedad.
- CONCEPTO SEGÚN DUBOS { Es “el estado de adaptación al medio y la capacidad de funcionar en las mejores condiciones de ese medio”
- RECOMENDACIONES DE LA OMS {
 - Promover la responsabilidad individual.
 - Destacar los aspectos saludables de la vida y de las personas.
 - Favorecer la comunicación interprofesional.
 - Estimular la participación de la comunidad.

**VARIABLES
INDEPENDIENTES
DE SALUD**

- SITUACIONALES
- PERSONALES
- CONSECUENCIAS ANTICIPADAS

SEGÚN EL MODELO INTERACTIVO DE CONDUCTA SALUDABLE DE HEIBY Y CARLSON

**IMPORTANCIA DE
LA PSICOLOGIA
EN SALUD**

- CONCEPTO { Se interesa por el comportamiento, actitud y procesos que pueden estar ocurriendo en un individuo de tal forma que afecten a su salud. Y, en relación a ello, con algún tipo de patología existente que puede desarrollar o haya desarrollado como la ansiedad, o la depresión.
- OBJETIVOS {
 - Promover la salud.
 - Prevención de enfermedades
 - Investigación.
 - Estudiar todos los factores.

**MODELOS DE
RELACION ENTRE
PERSONALIDAD Y
SALUD**

- COGNITIVOS {
 - Creencias de la salud (Janz y Becker)
 - Utilidad subjetiva esperada (Edwards)
 - De la motivación por protección (Prentice-Dunn y Rogers)
 - De la acción razonada (Ajzen y Fishbein)
- LA PERSONALIDAD INDUCE HIPERACTIVIDAD
- PREDISPOSICION CONDUCTUAL
- PERSONALIDAD COMO DETERMINANTE DE CONDUCTAS AGRESIVAS

UNIDAD I FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

ENFOQUES COGNITIVO- CONDUCTUALES DE LOS CAMBIOS DE CONDUCTA DE LA SALUD

- **MODELOS CONDUCTUALES**
 - **CONCEPTO** { Están diseñados para reforzar conductas adecuadas, desarrollar habilidades específicas para lograr una buena salud y controlar los estímulos y las contingencias ambientales que la mantienen.
 - **RECOMENDACIONES** {
 - Aplicar un cuestionario.
 - Realizar entrevistas.
 - Analizar la triple relación de contingencia.
 - Registrar la línea de base.
 - Llevar a cabo un registro por parte de la persona.
- **MODELOS COGNITIVO-
CONDUCTUALES**
 - **CONCEPTO** { Se concentran principalmente en la identificación y modificación de los pensamientos, procesos y estructuras cognitivas de un individuo.
 - **PASOS** {
 - Reconceptualizar el problema.
 - Enseñarles habilidades de automanejo.
 - Practicar y experimentar.

TEORIAS DE CATTELL Y EYSENCK

- **CATTELL** { Su objetivo era dilucidar si este constructo tenía un carácter unidimensional o, al contrario, multidimensional.
- **EYSENCK**
 - **Neuroticismo** { La base biológica del neuroticismo está en el cerebro visceral o sistema límbico (hipocampo, amígdala, cíngulo e hipotálamo)
 - **Extroversión** { Se caracteriza por rasgos como sociabilidad, búsqueda de animación,

NEUROTICISMO Y ANSIEDAD

- El retrato de un Neurótico
- Las ventajas de un neurótico

TEORIAS SOBRE LA RELACION ENTRE ANSIEDAD Y RENDIMIENTO

- **YERKES Y DODSON** { Establecieron de forma experimental la relación de "U" invertida que existía entre el grado de activación del sujeto y su nivel de rendimiento en una tarea, de modo que éste era mayor cuando aquel descendía.
- **SARANSON Y MENDLER** { Introdujeron un nuevo concepto: el de ansiedad de prueba, causante de la emisión de respuestas interferentes en el momento en que un sujeto es expuesto a situaciones de evaluación.
- **COMPONENTES**
 - Preocupación.
 - Emocionalidad.

REESTRUCTURACION COGNITIVA E INTERVENCION SOBRE EL AUTOCONCEPTO Y LA AUTOESTIMA

Reestructuración cognitiva Autoconcepto y Autoestima Pensamientos y Autoestima

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Anderson, R. (2001): Aprendizaje y memoria: un enfoque integral. México , Trillas.
2. Beltrán, F. J., y Torres Fernán, I. (1992) Lo psicológico en la determinación de la salud: La salud y lo psicológico determinados socialmente, en J. A. Piña López (comp.): Psicología y salud. Aportes del análisis de la conducta. Hermosillo, Unison, 90 &- 102.
3. Benson Herbert(1980) El efecto mente cuerpo: la medicina de la conductual , un camino para mejorar su salud. Barcelona. Grijalbo.
4. Cortés V. E . (2007) : Deporte y salud: estrategias para la salud positiva, en Ramírez, G: E.:M.: y Cortés V: E: Psicología Salud y Educación. AMAPSI editorial.
5. Hernán San Martín (1981)1979 CONFERENCIA MUNDIAL DE LA SALUD - ALMA ATA, (P. 48).
6. Lopategui Corsino, Edgar (2006). Experiencias de Laboratorio: Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons. 282 pp..