



## Ensayo

*Nombre del Alumno: José Eduardo López Hernández*

*Nombre del tema: Compresión de las enfermedades y los estilos de vida saludables*

*Parcial: Primer parcial*

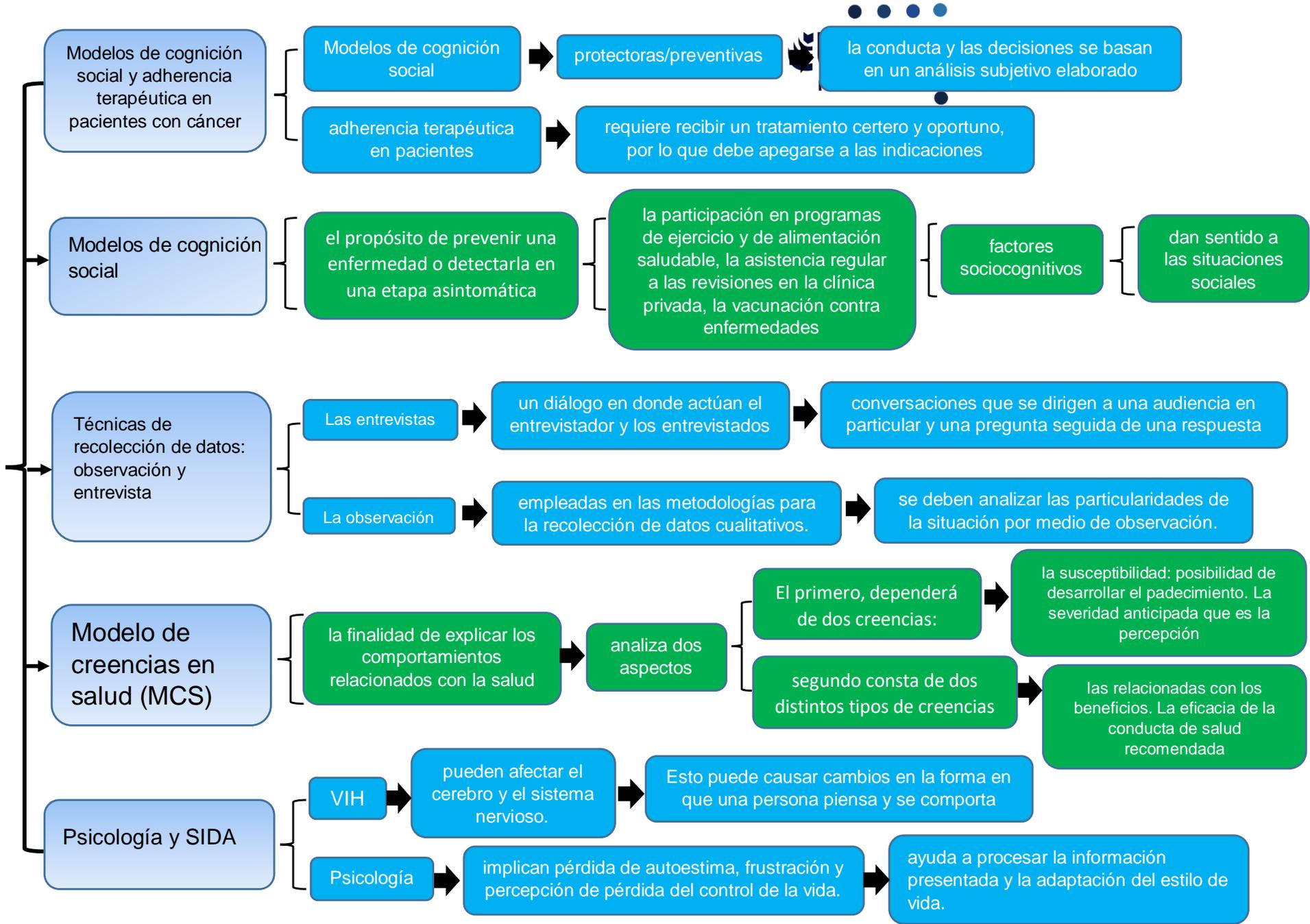
*Nombre de la Materia: Psicología y salud*

*Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello*

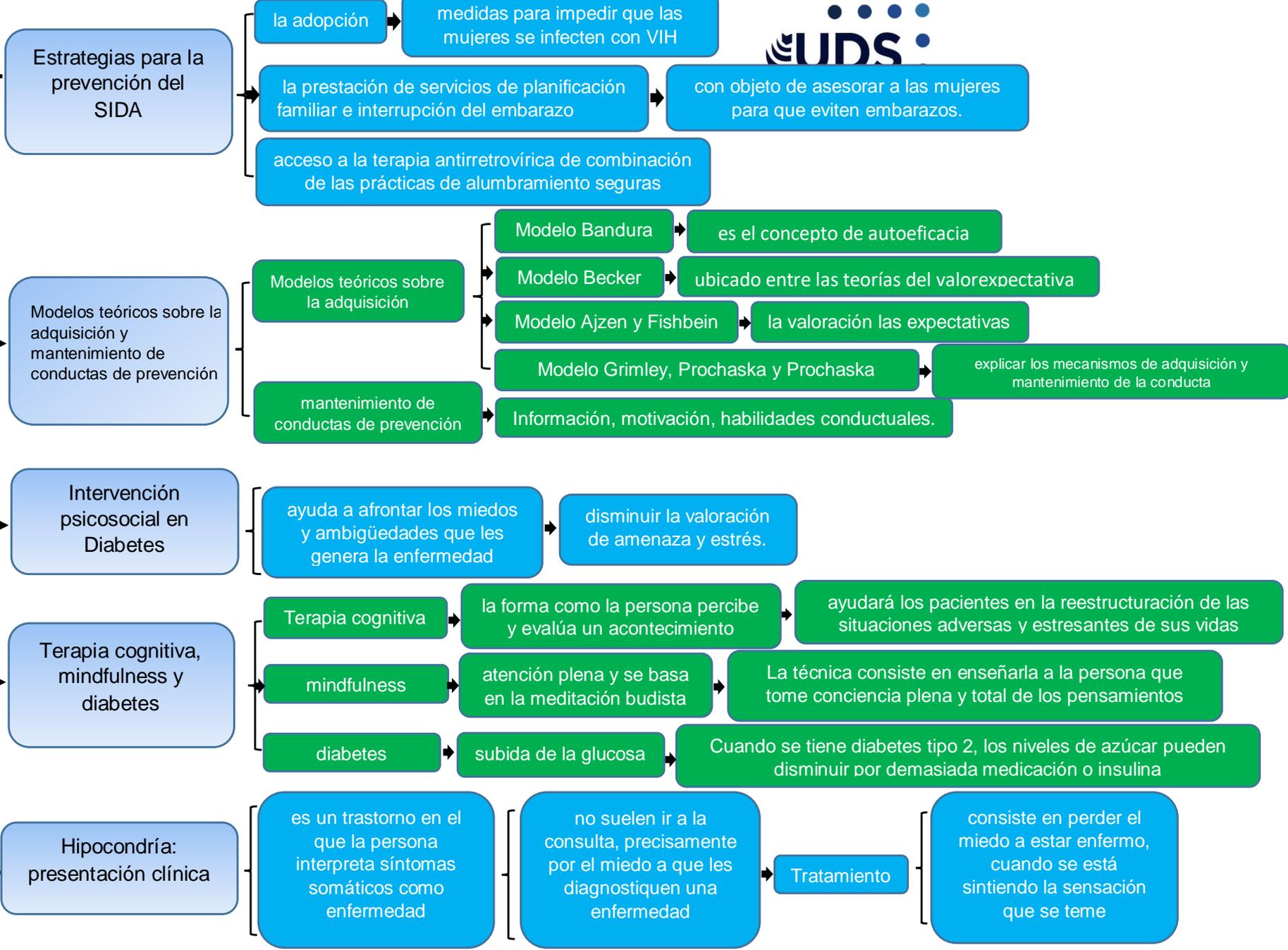
*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Primer cuatrimestre*

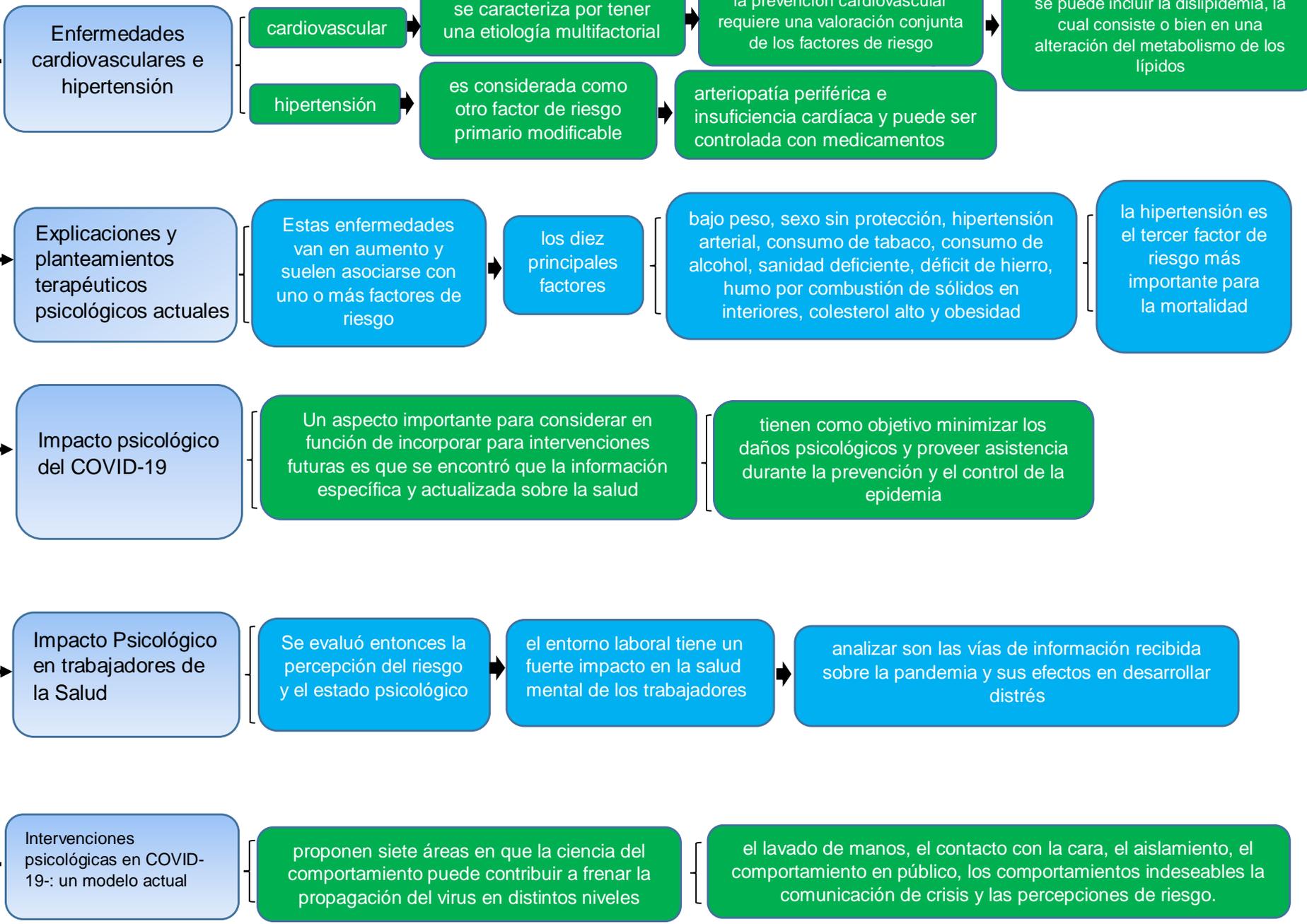
**COMPRENCION DE LAS ENFERMEADES**



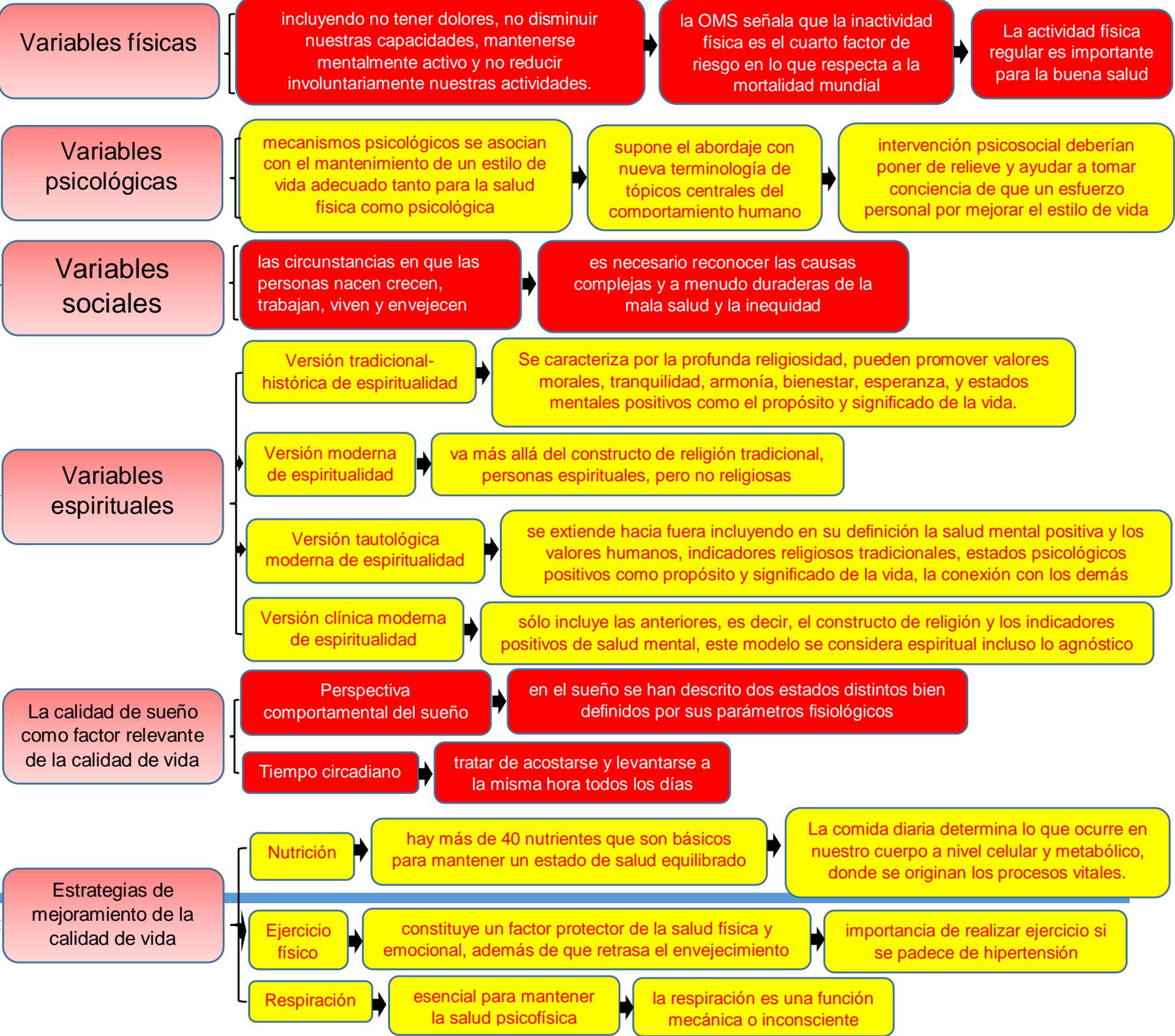
**COMPRENSION DE LAS ENFERMEADES**



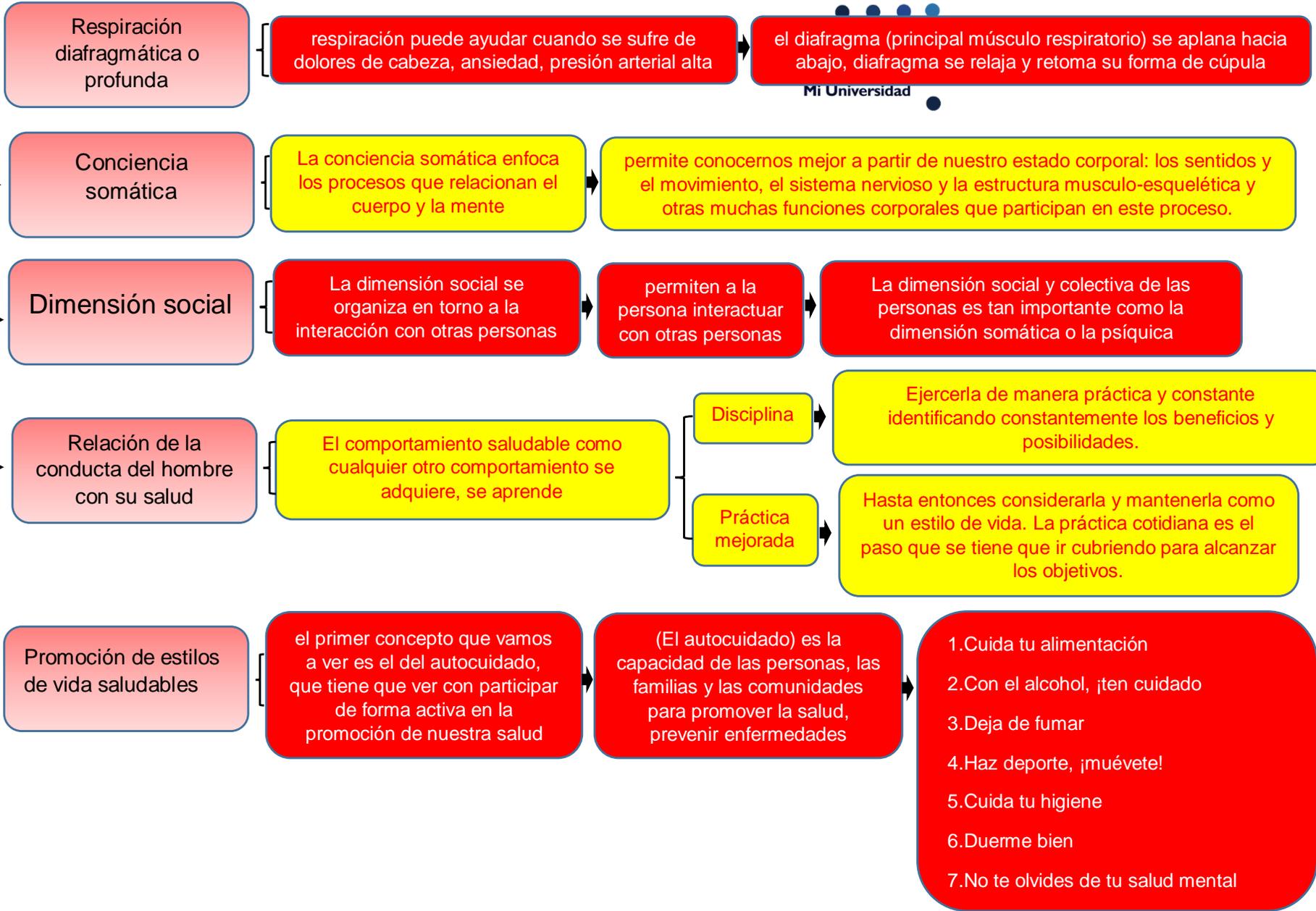
**COMPRENCION DE LAS ENFERMEADES**



**Los estilos de vida saludables**



**Los estilos de vida saludables**



# CONCLUSION



Los temas que se hicieron hablan sobre las enfermedades como afectan la vida cotidiana en primera nos da los modelos de cognición social nos da sus técnicas que se pueden manejar y se aplican otros modelos de creencias.

En otro lado también nos habla de la psicología y el sida (VIH) nos habla de que es el sida y nos da que tipos de estrategias se pueden aplicar para la prevención del sida.

También nos habla un poco sobre la diabetes como influye en lo social nos muestra también diferentes tipos de terapias, nos habla un poco que es la hipocondría y cuáles serían sus tratamientos como también las enfermedades cardiovasculares e hipertensión nos explica cada una de estas.

Y como su final del tema también nos habla sobre la enfermedad de COVID-19 que impacto tuvo en psicología, como afectó la población en sí, nos da algunos modelos de comportamiento no hay muchos pero tratan de explicar cómo se comporta y como lo podemos evitar.

Como segundo tema nos habla sobre los estilos de vida como son las diferentes tipos de variables físicas, psicológicas, sociales y espirituales nos explica cada una de estas.

Nos dice como cada factor influye en la calidad de vida como sería la respiración como es de importante y como se debe de aplicar, también nos da otras estrategias de calidad de vida como lo es la respiración, nutrición, ejercicio.

También que es la respiración diafragmática y profunda, y que sería la ciencia somática, la dimensión social y nos da algunas promociones de estilos de vida que podremos necesitar en nuestra vida.

## FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

San Martín (1992) Tratado general de la salud en las sociedades humanas: salud enfermedad. México, La prensa Medica mexicana.

Lopategui Corsino, Edgar (2006). Experiencias de Laboratorio: Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons. 282 pp..

## FUENTES BIBLIOGRAFICAS UTILIZADAS



f688dab872632c553  
dbcc5996aecf4f6-LC

ANTOLOGIA  
PSICOLOGIA Y  
SALUD