



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno: LESDY ADRIANA RAMIREZ PEREZ

Nombre del tema: COMPRENSIÓN DE LAS ENFERMEDADES Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Parcial: UNIDAD I

Nombre de la Materia: PSICOLOGIA Y SALUD

Nombre del profesor: LUIS ANGEL GALINDO

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA

Cuatrimestre: PRIMER CUATRIMESTRE

COMPRENSIÓN DE LAS ENFERMEDADES Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

MODELOS SOCIAL

SE ENCUENTRAN LIGADOS A PATRONES PARTICULARES DE CONDUCTA QUE PUEDEN SER MODIFICADOS

FUERON DEFINIDAS POR KASL Y COBB EN 1966

LO ESTUDIADO TENDRÁ UN EFECTO A CORTO O A LARGO PLAZO SOBRE LA SALUD DEL INDIVIDUO Y PUEDE ESTAR BAJO SU PROPIO CONTROL

TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN

ES DE OBTENER INFORMACIÓN QUE ESTABLEZCA RESULTADOS EN DETERMINADO TEMA DE ESTUDIO.

CUATRO TÉCNICAS QUE SON FUNDAMENTALES:
LAS ENTREVISTAS, LAS ENCUESTAS, LA OBSERVACIÓN, LOS CUESTIONARIOS, ENTREVISTAS

ENFERMEDADES

EL CÁNCER SE CONSIDERA DENTRO DE LA CATEGORÍA DE LAS ENFERMEDADES CRÓNICO-DEGENERATIVAS QUE NO PRESENTA UNA SINTOMATOLOGÍA UNIFORME

PSICOLOGÍA Y SIDA PUEDEN AUMENTAR EL RIESGO DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL, EXPERIENCIAS DE VIDA NEGATIVAS, COMO ABUSO

CARDIOVASCULAR E HIPERTENSIÓN ES CONSIDERADA COMO OTRO FACTOR DE RIESGO PRIMARIO MODIFICABLE, SE ASOCIA CON UN MAYOR NÚMERO DE MUERTES DEBIDAS A ENFERMEDADES CORONARIAS,

COMPRESIÓN DE LAS ENFERMEDADES Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

TRATAMIENTO
PREVENCION

LA TERAPIA COGNITIVA MINDFULNESS
LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL

UNIRSE A UN GRUPO DE APOYO,
PREVENCIÓN PRIMARIA,
PREVENCIÓN TERCIARIA

LOS ESTILOS DE VIDA
SALUDABLES

LA ACTIVIDAD FÍSICA ES IMPORTANTE
INCLUYENDO NO TENER DOLORES,
MANTENERSE MENTALMENTE

LA ACTIVIDAD FÍSICA TAMBIÉN AYUDA A:
MANTENER EL PESO, REDUCIR LA
PRESIÓN ARTERIAL ALTA, REDUCIR EL
DOLOR DE LA ARTRITIS Y LA
DISCAPACIDAD ASOCIADA CON ESTA
AFECCIÓN.

VARIABLES
PSICOLÓGICAS

AUMENTAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO
VERSIÓN TRADICIONAL-HISTÓRICA DE
ESPIRITUALIDAD
VERSIÓN TAUTOLOGICA MODERNA

ESTRATEGIAS DE
MEJORAMIENTO DE LA
CALIDAD DE VIDA

ESTUDIO BIBLIOGRÁFICO
Y DOCUMENTAL SOBRE EL
TEMA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y SU INCIDENCIA
EN LA CALIDAD DE VIDA.

DIAGNÓSTICO DE LOS
GUSTOS Y PREFERENCIAS
DE LA POBLACIÓN POR
GRUPO ETARIO.

CONCLUSION:

LA SOCIEDAD A TENIDO LA VISION DE LA VIDA NEGATIVAMENTE DESPUES DE ENTERARSE DE ALGUNA ENFERMEDAD, YA SEA TERMINAL O QUE SE PUEDE TRATAR A TIEMPO.

LA MALA INFORMACION Ó LA MANERA DE DAR A CONOCER METODOS DE PREVENCION Ó DE TRATAMIENTON, HACE QUE LAS PERSONAS SE DESANIMEN Y SE DEPRIMAN EMPIEZAN A TENER PENSAMIENTOS NEGATIVOS, EXPERIMENTAR CAMBIOS PSICOLOGICOS Y EMOCIONALMENTE. DEJAN DE PONERLE IMPORTANCIA A SUS TRATAMIENTOS YA QUE COMO SE EXPLICABA ANTERIORMENTE ESA MALA INFORMACION Ó LA MANERA EN LA QUE SE DA, HACE QUE LAS PERSONAS SIENTAN QUE YA NO TENDRAN UNA VIDA NORMAL Ó REFERIRSE DIRECTAMENTE A LA MUERTE.

PERO GRACIAS A LOS ESTUDIOS Y EXPERIMENTACION SOCIAL A HECHO QUE ESE NUMEO DE PERSONAS CON PENSAMIENTOS NEGATIVOS BAJE, Y ASI GENERALISARLES UNA MEJOR VIDAD Y CLARAMENTE QUE ELLOS VEAN A LA ENFERMEDAD DE OTRA MANERA ESPECIALMEMTE A ESAS PERSONAS QUE DESGRACIADAMENTE TIENEN UNA ENFERMEDAD INCURABLE CLARAMENTE ES COMPLICADO PORQUE SE SABE CUAL ES SU FIN, PERO QUE MEJOR VIVIRLA POSITIVAMENTE AUNQUE ES COMPLICADO PARA MUCHOS.

BIBLIOGRAFIA:

[file:///C:/Users/Lap/Downloads/Dialnet-](file:///C:/Users/Lap/Downloads/Dialnet-AccionesParaElMejoramientoDeLaCalidadDeVidaOrigina-6210622.pdf)

[AccionesParaElMejoramientoDeLaCalidadDeVidaOrigina-6210622.pdf](file:///C:/Users/Lap/Downloads/Dialnet-AccionesParaElMejoramientoDeLaCalidadDeVidaOrigina-6210622.pdf)

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6-LC-LEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchcardiol/v32n2/art08.pdf>

Revista Cuba Socialista. No 30. 2004: La calidad de vida y el desarrollo social en Cuba.

F. Kort y A. Goldein. (1987). Psicoterapia de grupo y desarrollo del potencial humano. Ed. Monte Ávila.