



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Petronita Angelica May Landero

Nombre del tema: Mapa conceptual

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología y Salud

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: I

FUNDAMENTO DE LA PSICOLOGÍA Y LA SALUD



FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO



Sensación experimentada por todos

Tendencias hereditarias

Se sienten ansiosas

Intensos que aterrizan e inmovilizan.

Ansiedad y responsabilidad

La persona con extroversión tiende a ser sociable durante la mayor parte del día

Baja ansiedad rasgo, habitualmente se mantiene tranquilo en casi todo momento y en la mayor parte de situaciones

Spielberger (1966) describía el estado de ansiedad como un estado emocional transitorio

Existirían diversos rasgos de ansiedad específicos, cada uno caracterizado por su sesgo cognitivo propio



Inestabilidad emocional

Estado emocional negativo durante largos periodos de tiempo

Trastorno psicológico

Las personas neuróticas se ven más afectadas

Modelo biomédico

Modelo dominante de enfermedad

Contrasta con las teorías sociológicas del cuidado

Construcción epistemológica histórica

Surge con la medicina hipocrática

Las enfermedades tienen un origen físico Exclusivamente (Physis)



Emite conductas

Considera que los problemas psicológicos son causados por creencias disfuncionales

Viene dada por la manera distorsionada que tenemos de percibir la realidad

Terapia cognitivo

Identificar y debatir las creencias del paciente que le dificultan su bienestar

Se trabaja sobre las creencias irracionales

Durante el proceso terapéutico el psicólogo se vale de diversas estrategias

El autoconcepto es el conocimiento que se tiene de uno mismo

Baja autoestima está relacionada con una distorsión del pensamiento

CON COLUSIONES UNIDAD 1 Y 2

En conclusiones podemos decir que en el primer tema de la unidad 1, es decir de **la introducción de la psicología de la salud** en si se refiere a que la psicología en la salud es una especialidad de la psicología que comprende la aplicación de los conceptos y métodos psicológicos a cualquier problema surgido en el sistema de la salud, sucesivamente también nos dice que es una área que permite la aplicación de los alcances metodológicos de otras áreas de la psicología, LA PROMOCION COMO LA PREVENCIÓN son unas de las áreas específicas en donde actúa el profesional de la psicología de la salud. A continuación, tenemos el tema **concepto de la salud** el cual brevemente, en sentido amplio da a entender que es como el bienestar físico, psicológico y social está más allá del sistema biomédico en si es decir que el concepto de salud esta funcionar en las mejores condiciones de ese medio. El objetivo de todo esto es incrementar la vitalidad para favorecer un mejor nivel de funcionamiento psicológico. Vamos aun seguimiento con nuestro siguiente tema, **orígenes de la conducta humana**, para entender este tema en pocas palabras y hablando científicamente, la psicología se lleva de la mano ya que esta área estudia la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones. Así como también indaga la evolución de ciertas etapas formativas en el individuo. Correspondiendo en otro tema como lo es **variables independientes de la salud**, tema que puede explicar el porque del comportamiento de una variable independiente, es decir, que son factores de riesgo o factores protectores. Si nos vamos al siguiente tema, nos referimos a **variable ambientales como condicionales de la salud** en términos general entre otros temas como lo es importancia de la psicología de la salud, comportamiento y salud, estilo de vida, modelos de la relación entre personalidad y salud, factores de emociones, el cambio de hábitos de salud y enfoque cognitivo-conductuales de los cambios de conducta de salud, son temas que siempre van a ir de la mano con la psicología es decir, especialista se harán cargo de la evolución de un individuo cuya conducta no esté bien, son temas que estudia al ser humano así como su evolución, esto corresponde como se habla en los primeros temas. A continuación, con la unidad 2, el cual nos menciona el primer tema que es **Ansiedad y estrés**, es decir, en pocas palabras son sensaciones que cada individuo en cierto momento lo podemos presentar en nuestra vida cotidiana, sin embargo, a veces se puede presentar de manera exageradas, estas sensaciones o emociones normalmente pueden dar lugar al resultado opuesto, impide enfrentarse a una situación, paraliza y trastoca la vida diaria. Damos un seguimiento con el tema **ansiedad y personalidad**, seguimos hablando de la sensación o emoción que se nos presenta el cual lo hablamos en el anterior tema, pero la personalidad lo podemos definir como un rasgo a las tendencias estables y consistentes de comportamiento. **Teorías de Cattell, Eysenck** esta investigación busco una finalidad o objetivo para hablar mas de la ansiedad era dilucidar si este constructo tenía un carácter

unidimensional o, al contrario, multidimensional. **Neocriticismo y ansiedad**, en si neuroticismo en términos amplios y ambiguo en el cual incluye la ansiedad nos menciona esto menciona que es un de personalidad y comportamiento. **Enfoque biomédico**, esto habla ampliamente de la caracterización los trastornos mentales a partir de criterios fundamentales biológicos el cual sus raíces en los orígenes de la medicina. Metiendo nos a el tema **Enfoque conductual y Enfoque cognitivo** al igual que los temas anteriores nos menciona que ambos son modelos de tratamientos que se considera que los problemas psicológicos son causados por creencias disfuncionales. **Teorías sobre la relación entre ansiedad y rendimiento**, en las extensiones de la palabra y tema se refiere a que se experimenta cuando nos enfrentamos a una situación ante la cual creemos que no tiene los recursos necesarios para que no tiene los recursos para superar la. En este ultimo tema que es **¿Cómo enfrentarse a un nivel de ansiedad?**, nos menciona el tratamiento antes dicho que es cognitivo, tratamiento que suele ayudar entre otros dichos por Cattell, Eysenck.

Esta unidad siempre nos menciona lo importante que suele ser la ansiedad y como se presenta entre sus tratamientos.

BIBLIOGRAFIA

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922010000100005

<https://es.slideshare.net/Nicolasgomez/mo-del0-2478937>

Antologia de la universidad pag.8 a la 70