



## Ensayo

*Nombre del Alumno* Lesdy Adriana Ramírez Pérez

*Nombre del tema* Fundamentos De La Psicología De La Salud Y Factores Psicológicos De Riesgo

*Parcial* 1

*Nombre de la Materia* Psicología y Salud

*Nombre del profesor* Luis Ángel Galindo

*Nombre de la Licenciatura* Lic. Enfermería

*Cuatrimestre* Primer cuatrimestre

# PSICOLOGÍA

## Fundamentos de la psicología de la salud

### FUNCION

Es una especialidad de la psicología que comprende la aplicación de los conceptos y métodos psicológicos.

### AMBITO

- Promover la responsabilidad
- Destacar los aspectos saludables de la vida
- Favorecer la comunicación
- Estimular la participación de la comunidad

### OBJETIVO

- PREVENIR
- DIAGNOSTICAR
- DAR TRATAMIENTO
- REABILITAR

## FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

- Estrés labora
- Problemas familiares
- Trastorno de ansiedad
- 

Se enfoca en la protección de la salud y bienestar mental de los colaboradores y proporciona una definición de los factores de riesgo psicosocial.

### ESTÁN RELACIONADOS CON:

- Las condiciones del ambiente de trabajo.
- El exceso de exigencia más allá de las capacidades.
- El nivel de responsabilidad y la carga mental.

### OBJETIVO

Es identificar, analizar y prevenir factores de riesgo psicosocial relacionados con el trabajo y que afectan a la salud mental de los trabajadores.

Constituye una excelente alternativa para comprender los mecanismos de la salud y la enfermedad, así como para la prevención y el manejo de la enfermedad en lo que se refiere a sus componentes psicológicos.

Conforme los pasos del tiempo la psicología á contribuido con su labor en la sociedad con la finalidad de poder ayudar a las personas vulnerables psicológicamente, ya que estando en un ambiente hospitalario lamentablemente uno pierde las expectativas de ver la vida ya sea por el tipo de enfermedad que les diagnostican, una intervención, asta en lo económico.

Actualmente ya eso no solo se vive en un ambiente hospitalario sino también en el ambiente laboral ya que por presiones laborales, compañerismo etc. , ase que uno mismo produzca el estrés, cambios de humor y hasta el ambiente que nos rodean(negativamente).

Factores psicológicos de riesgo son muy importante ya que es identificar, analizar y prevenir dichos factores de riesgo psicosocial relacionado con los trabajos y que afectan los trabajadores en su salud mental.

Estos factores de riesgo indicia a la salud mental de los dichos trabajadores tanto físico o mental, ya esto está relacionado con el ámbito de trabajo, Las situaciones de acoso, hostigamiento, discriminación y violencia.

Se caracteriza según la IMSS, los FRPS que son factores organizacionales y psicosociales disfuncionales que provocan respuestas de inadaptación, de tensión, respuestas psicofisiológicas de estrés pasan a ser factores psicosociales de riesgo o de riesgo de estrés. , son desencadenantes de tensión y de estrés laboral.

Uno ejemplo claro de estos factores de riesgo psicosocial. (Según el IMSS) es el proceso de comunicación, capacidad de decisiones, motivación laboral, diseños de las tareas, etc.

Unas estrategias para prevención de estos factores de riesgo psicosocial sería una estrategia preventiva, ya cuando localizamos que existe estos riegos dentro nuestra empresa.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Grau y Hernández. Capítulo I del libro "Psicología de la salud. Fundamentos y aplicaciones".
- Díaz LLanes, Guillermo Calidad de vida y bienestar subjetivo: La investigación-acción en el primer nivel de atención. Revista Cubana Medicina General Integral. May.-ago. 2005, vol.21.
- Antología de la universidad.
- <https://www.monografias.com/trabajos70/psicologia-salud-vision-actual/psicologia-salud-vision-actual>