



Universidad del Sureste

Campus Comitán

Nombre del tema:

COMPRESION DE LAS ENFERMEDADES Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE

CUADRO SINOPTICO UNIDAD III Y IV



Nombre del alumno:

CATARINA JIMENEZ LOPEZ

Materia:

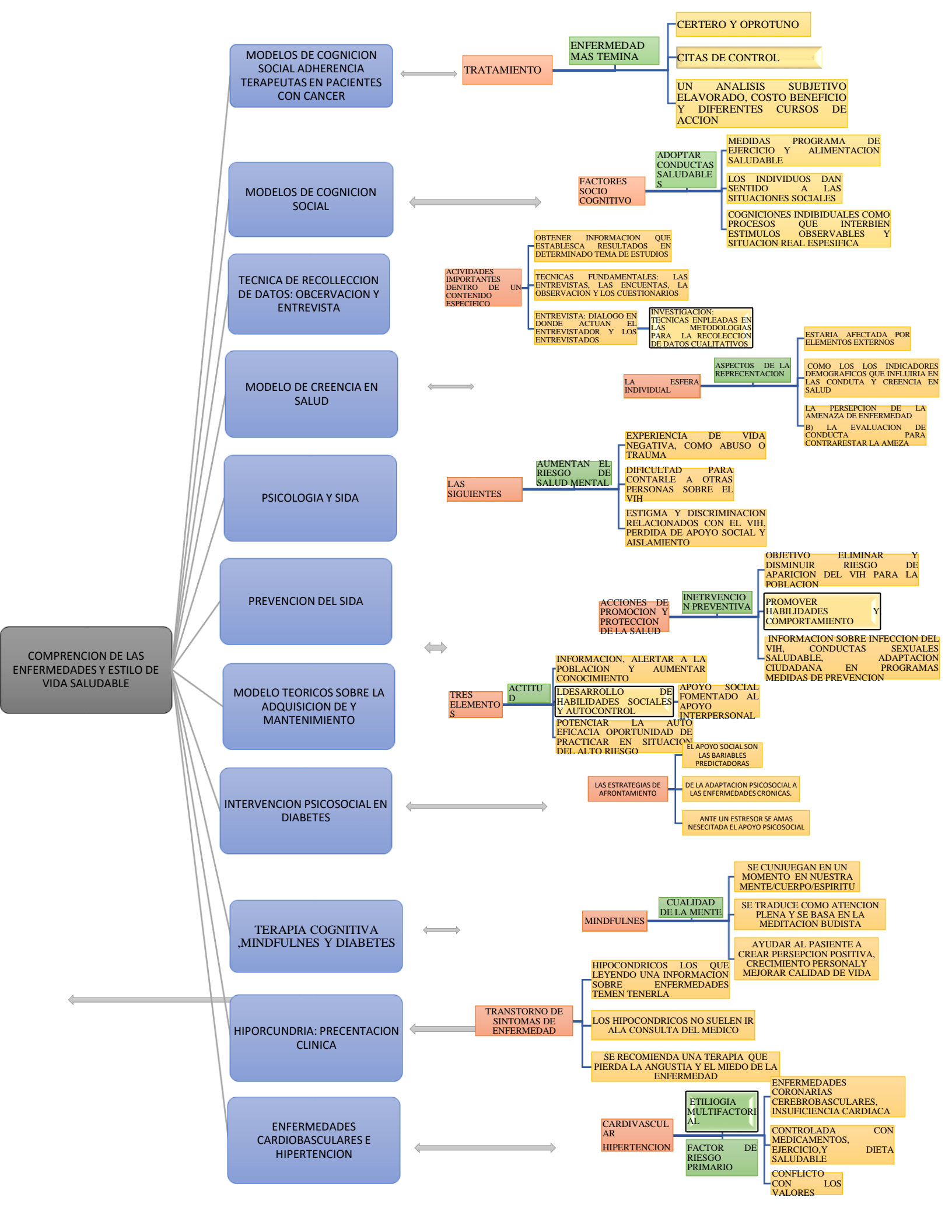
PSICOLOGIA DE LA SALUD I

Grado: 1

Grupo: c

Nombre del profesor:

LUIS ANGEL GALDINO ARGUELLO



COMPRENSION DE LAS ENFERMEDADES Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE

MODELOS DE COGNICION SOCIAL ADHERENCIA TERAPEUTAS EN PACIENTES CON CANCER

TRATAMIENTO

- ENFERMEDAD MAS TEMINA
 - CERTO Y OPORTUNO
 - CITAS DE CONTROL
 - UN ANALISIS SUBJETIVO ELABORADO, COSTO BENEFICIO Y DIFERENTES CURSOS DE ACCION

MODELOS DE COGNICION SOCIAL

FACTORES SOCIO COGNITIVO

- ADOPTAR CONDUCTAS SALUDABLES
 - MEDIDAS PROGRAMA DE EJERCICIO Y ALIMENTACION SALUDABLE
 - LOS INDIVIDUOS DAN SENTIDO A LAS SITUACIONES SOCIALES
 - COGNICIONES INDIVIDUALES COMO PROCESOS QUE INTERBIEN ESTIMULOS OBSERVABLES Y SITUACION REAL ESPECIFICA

TECNICA DE RECOLECCION DE DATOS: OBSERVACION Y ENTREVISTA

ACTIVIDADES IMPORTANTES DENTRO DE UN CONTENIDO ESPECIFICO

- OBTENER INFORMACION QUE ESTABLESCA RESULTADOS EN DETERMINADO TEMA DE ESTUDIOS
- TECNICAS FUNDAMENTALES: LAS ENTREVISTAS, LAS ENCUESTAS, LA OBSERVACION Y LOS CUESTIONARIOS
- ENTREVISTA: DIALOGO EN DONDE ACTUAN EL ENTREVISTADOR Y LOS ENTREVISTADOS
- INVESTIGACION: TECNICAS EMPLEADAS EN LAS METODOLOGIAS PARA LA RECOLECCION DE DATOS CUALITATIVOS.

MODELO DE CREENCIA EN SALUD

LA ESFERA INDIVIDUAL

- ASPECTOS DE LA REPRESENTACION
 - ESTARIA AFECTADA POR ELEMENTOS EXTERNOS
 - COMO LOS INDICADORES DEMOGRAFICOS QUE INFLUIRIA EN LAS CONDUCTA Y CREENCIA EN SALUD
 - LA PERSEPCION DE LA AMENAZA DE ENFERMEDAD
 - B) LA EVALUACION DE CONDUCTA PARA CONTRARESTAR LA AMEZA

PSICOLOGIA Y SIDA

LAS SIGUIENTES

- AUMENTAN EL RIESGO DE SALUD MENTAL
 - EXPERIENCIA DE VIDA NEGATIVA, COMO ABUSO O TRAUMA
 - DIFICULTAD PARA CONTARLE A OTRAS PERSONAS SOBRE EL VIH
 - ESTIGMA Y DISCRIMINACION RELACIONADOS CON EL VIH, PERDIDA DE APOYO SOCIAL Y AISLAMIENTO

PREVENCION DEL SIDA

ACCIONES DE PROMOCION Y PROTECCION DE LA SALUD

- INTERVENCION PREVENTIVA
 - OBJETIVO ELIMINAR Y DISMINUIR RIESGO DE APARICION DEL VIH PARA LA POBLACION
 - PROMOVER HABILIDADES Y COMPORTAMIENTO
 - INFORMACION SOBRE INFECCION DEL VIH, CONDUCTAS SEXUALES SALUDABLE, ADAPTACION CIUDADANA EN PROGRAMAS MEDIDAS DE PREVENCION

MODELO TEORICOS SOBRE LA ADQUISICION DE Y MANTENIMIENTO

TRES ELEMENTOS

- ACTITUD
 - INFORMACION, ALERTAR A LA POBLACION Y AUMENTAR CONOCIMIENTO
 - DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y AUTOCONTROL
 - POTENCIAR LA AUTOEFICACIA OPORTUNIDAD DE PRACTICAR EN SITUACION DEL ALTO RIESGO
 - APOYO SOCIAL FOMENTADO AL APOYO INTERPERSONAL
 - EL APOYO SOCIAL SON LAS VARIABLES PREDICADORAS

INTERVENCION PSICOSOCIAL EN DIABETES

LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

- DE LA ADAPTACION PSICOSOCIAL A LAS ENFERMEDADES CRONICAS.
 - ANTE UN ESTRESOR SE AMAS NESECITADA EL APOYO PSICOSOCIAL

TERAPIA COGNITIVA ,MINDFULNES Y DIABETES

MINDFULNES

- CALIDAD DE LA MENTE
 - SE CUNJUEGAN EN UN MOMENTO EN NUESTRA MENTE/CUERPO/ESPIRITU
 - SE TRADUCE COMO ATENCION PLENA Y SE BASA EN LA MEDITACION BUDISTA
 - AYUDAR AL PASIENTE A CREAR PERSEPCION POSITIVA, CRECIMIENTO PERSONAL Y MEJORAR CALIDAD DE VIDA

HIPORCUNDRIA: PRECENTACION CLINICA

TRANSTORNO DE SINTOMAS DE ENFERMEDAD

- HIPOCONDRICOS LOS QUE LEYENDO UNA INFORMACION SOBRE ENFERMEDADES TEMEN TENERLA
- LOS HIPOCONDRICOS NO SUELEN IR A LA CONSULTA DEL MEDICO
- SE RECOMIENDA UNA TERAPIA QUE PIERDA LA ANGUSTIA Y EL MIEDO DE LA ENFERMEDAD

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES E HIPERTENSION

CARDIVASCULAR HIPERTENSION

- ETIOLOGIA MULTIFACTORIAL
 - ENFERMEDADES CORONARIAS CEREBROVASCULARES, INSUFICIENCIA CARDIACA
 - CONTROLADA CON MEDICAMENTOS, EJERCICIO, Y SALUDABLE DIETA
 - CONFLICTO CON LOS VALORES

COMPRESION DE LAS ENFERMEADES Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE

EXPLICACION Y PLANTEAMIENTOS TERAPEUTICOS PSICOLOGICOS

IMPACTO PSICOLOGICO DEL COVIC-19

IMPACTO PSICOLOGICO ENTRANAJADORES DE LA SALUD

INTERVENCION 'PSICOLOGICO EN COVIC-19 EN MODELO ACTUAL

COMPORTAMIENTO DEL PACIENTE

- ACTIVACION FISIOLOGICA
 - COMPONENTE CLAVE EN SU BIENESTAR COGNITIVO, INSTRUMENTAL Y EMOCIONALES
 - COGNITIVO: CREENCIA, CONVICCIONES PENSAMIENTO
 - ESTOS MECANISMOS SE BASAN PRINCIPALMENTE EN LA ACTIVACION FISIOLOGICA

EFFECTOS EN LA SALUD MENTAL

- REACCIONES Y ESTADOS PSICOLOGICOS
 - MIEDO E INSERTIDUMBRE EXTREMO.
 - COMPORTAMIENTOS SOCIALES NEGATIVOS
 - MEDIDA DE PRECAUCION ESPECIFICA, HIJENE DE MANOS Y USO DE MASCARILLA

PRINCIPALES PRECAUCIONES

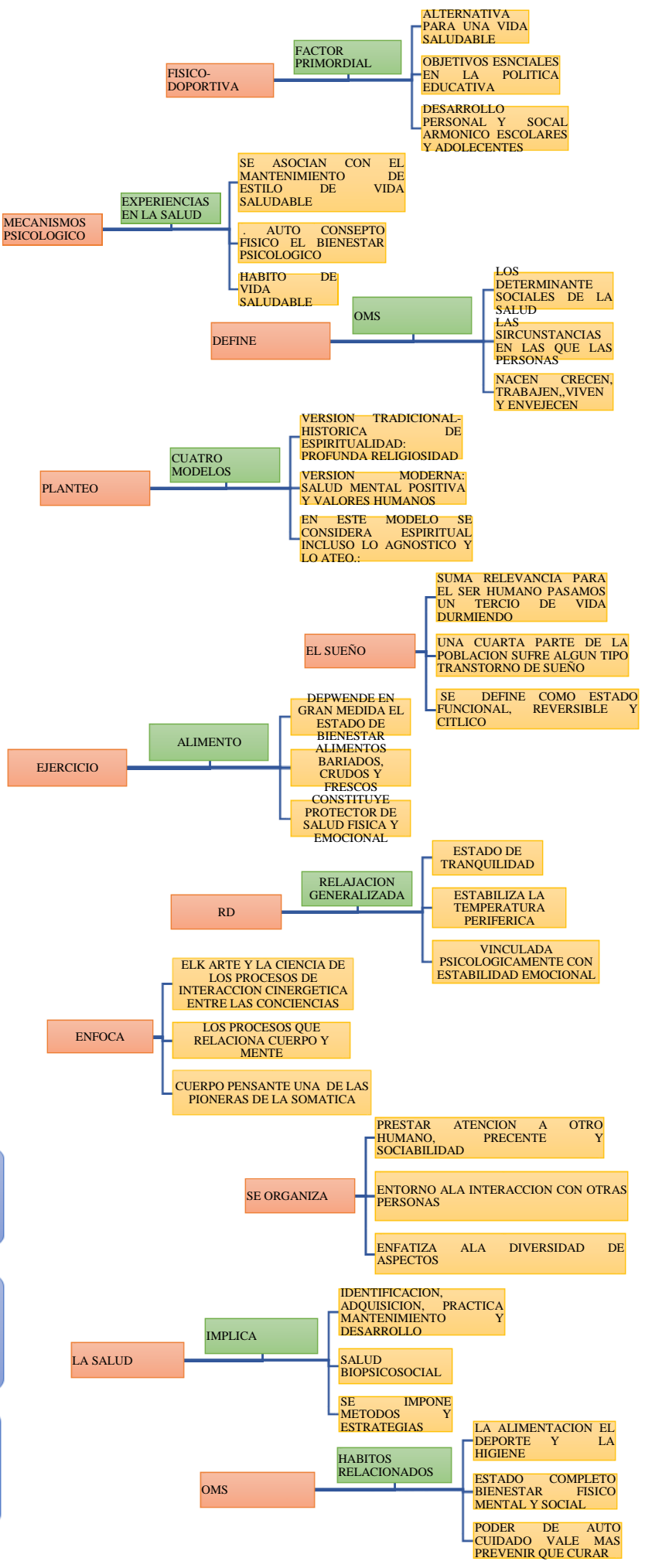
- SERIE DE AFECTACIONES
 - INFECCIONES EN COLEGAS Y DE MIEMBROS DE LA FAMILIA
 - MEDIDA DE PROTECCION Y VIOLENCIA MEDICA
 - ECONOMICOS SOCIALES Y EVIDENTEMENTE DE LA SALUD

CONDUCTAS PREVENTIVAS

- HIGIENE DE MANO, EVITAR CONTACTO PUBLICO, USO DE MASCARAS
- PERSONAS ACUDIR AL CENTRO DE SALUD PARA SU DIAGNOSTICO
- AI SLAMIEN, CUARENTENA

COMPRENCION DE LAS ENFERMEDADES Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE

- VARIABLES FISICAS
- VARIABLES PSICOLOGICAS
- VARIABLES SOCIALES
- VARIABLES ESPIRITUALES
- CALIDAD DE SUEÑO COMO FACTOR IRRELEVANTE DE CALIDAD DE VIDA
- ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA
- RESPIRACION DIAFRAGMATICA O PROFUNDA
- CONSECUENCIAS SOMATICAS
- DIMENCION SOCIAL
- RELACION DE LA CONDUCTA DEL HOMBRE EN SU SALUD
- PROMOCION DE ESTILO DE VIDA SALUDABLES



CONCLUSION

Basado en la información de la antología puedo determinar que el estado de salud, es un estado de bienestar general biopsicosocial se trata como la ausencia de enfermedad y para ello es el ámbito de la prevención, tener salud es gozar de cierta calidad de vida en relación con diversos ámbitos, y tener un estado de bienestar físico, mental y social. por otro lado la salud enfermedad de cada individuo depende del cuidado de dieta de alimentación, ejercicio físico, cuidado de higiene, buen descanso y cuidar la salud mental

BIBLIOGRAFIA

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. [Links]
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=3661807&pid=S1405-339X200900010000900001&lng=pt