



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del alumno: Monserrat Amayba Javier Sánchez

Nombre del tema: Comprensión de las enfermedades y Los estilos de vida saludable

Parcial: 1

Nombre de la materia: Psicología y Salud

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1ro

Cáncer

- Causa miedo al sufrimiento (quimioterapia) y a la muerte
- Presenta serie de respuestas emocionales

Deben obtener conocimientos en caso de los tratamientos

Cirugía

Desencadenarán sentimientos

- Temor
- Vergüenza
- culpa

Radio terapia

Presentarán

- Miedo a quemaduras
- Pensar que el tumor no tiene cura

Comprensión de las enfermedades

Sida

Síndrome de inmunodeficiencia adquirida

Terapia antirretrovial

Combinación de distintos tipos de medicación

Auto-estigma

Fluye en la manera en que una persona se percibe a si misma y manera de como las personas la miran

Hipocondria

Trastorno en que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad

Características de una persona hipocondriaca

- No van al médico por miedo a que les diagnostiquen una enfermedad
- Difícilmente aceptan que su problema es psicológico

Diabetes

Diabetes tipo 2 afecta cuerpo y mente

Se estresan con mayor facilidad

El yoga ayuda a construir el conocimiento del cuerpo y es eficaz para calmar el sistema nervioso.

Modelos de cognición social (Cáncer)

Conductas de salud

Kasl y Cobb 1966

- Cualquier actividad realizada por una persona que la cree saludable, con el propósito de prevenir una enfermedad o detectarla en una etapa asintomática

MCS (Modelo de Creencias de la Salud)

Analiza

- Percepción de amenaza de la enfermedad
- Evaluación de conductas para contrarrestar la enfermedad

Modelo de valor asignado a la salud

Propone que los individuos no asignan a su salud un valor uniforme

Cáncer de mama

Las mujeres que creían tener control su salud, es más probable que se hagan autoexamen de mama

Modelo de autoeficacia generalizada

- Mide la autoeficacia a través de ítems

Estilos de vida saludable

Variables físicas

Actividad física-deportiva

- Mejora, la calidad de vida
- Reduce riesgo de

Mindfulness

- Es un estado que emerge aceptación de pensamientos, emociones, sentimientos
- Influye en variables como: estrés, nivel de activación. atención
- Influye en la autoconfianza

Variable psicológica

Factores socioculturales

- Trastornos de conducta alimentaria
- Estética de delgadez

Llevarlo moderadamente repercute en los hábitos de vida saludable

Variable sociales

Economía

- Pobreza
- Política

Determinante más importante en la salud

La salud influirá dependiendo del tipo de gobierno que atenderá las necesidades de su país

Variables espirituales

Modelos Salud-física, espiritualidad por Koenig

- Tradicional-histórica de espiritualidad
- Tautológica moderna
- Moderna

- Promueven valores morales
- Conexiones con otros
- Tranquilidad
- Armonía

Incluye no solo búsqueda de algo sagrado sino también busca salud mental

Aplicadas a personas de diversos credos religiosos como a aquellos que no los tienen

CONCLUSIÓN

La psicología de la salud juega un papel importante en nuestras vidas, puesto que no solamente existen enfermedades físicas sino también mentales por lo cual el estudio de la salud abarca desde lo más superficial (cuerpo), hasta lo más interno (mente), ya que como seres humanos estamos expuestos a cualquier tipo de enfermedad y siempre va a ver variables que hagan fluir dicha enfermedad.

El campo de la psicología es grande, ya que el ser humano siempre tendrá problemas psicológicos sea cual sea el motivo de las causas que lo originen; a lo cual habrá métodos para ayudar a los pacientes.

Es por ello la importancia del estudio de la salud, para empatizar con aquella persona que esté pasando por alguna crisis emocional, o bien una enfermedad relacionada a su esfera Biopsicosocial. Y por ello va de la mano con la medicina ya que ambas ciencias se complementan para llevar a cabo un buen servicio a nuestro paciente; con los conocimientos obtenidos.

Bibliografía

- Modelos_de_cognicion_social_y_adherencia_terapiapeuti.pdf pgs 7-12
- Abordaje-psicologico-de-personas-con-VIH.pdf (huesped.org.ar) pg 9
- Mindfulness en el deporte: aplicaciones y ventajas (psicologiaymente.com)
- Antología UDS-pags73-143
- Diabetes y salud mental desde la Psicología (psicologiaymente.com)