

# **CUADRO SIPNOTICO**



Nombre del Alumno: Katia Nicole Silva Castro.

Nombre del tema: Fundamentos de la Psicología de la Salud .

Parcial: 1°.

Nombre de la Materia: Psicología y salud.

Nombre del profesor: MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 1°.

# PSICOLOGIA

Unidad 1

## CONCEPTO

La salud, entendida en sentido amplio como el bienestar físico, psicológico y social. Su aparición data del año 1978

La psicología de la salud se centra en valorar la enfermedad, y qué procesos la engloban para que se produzca.

## CONDUCTAS

Las conductas humanas, constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio.

El estudio de la conducta indaga la evolución de ciertas etapas formativas en el individuo, como la infancia o adolescencia, y va unido al estudio del desarrollo físico desde el nacimiento hasta la muerte.

## VARIABLES DE LA SALUD

1. Independientes

1. Las situacionales, Las personales y las consecuencias anticipadas

2. Condicionantes Ambientales

2. Lluvia acida, Disminución de la capa de ozono, Calentamiento global del planeta por gases de efecto invernadero.

## ESTILOS DE VIDA

- Saludable: está presente la sobriedad y actividad física

- Libre: es todo lo contrario al saludable.

## FACTORES EMOCIONALES

Son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario

Son de carácter Universal y surgen ante situaciones relevantes que implican peligro, amenaza, daño, pérdida.

## ENFOQUES COGNITIVOS CONDUCTUALES

Tienen su origen en las teorías conductuales y se caracterizan:

- 1) que los trastornos emocionales y de la conducta son, en parte, una función de los trastornos de los procesos cognitivos.
- 2) una relación de colaboración entre terapeuta y consultante.
- 3) el foco radica en cambiar cogniciones para producir los cambios deseados en el afecto y la conducta.
- 4) son formas de intervención de tiempo limitado y educativas que se centran en problemas-meta específicos