



Nombre del Alumno: Cesar Octavio Álvarez Sanchez

Nombre del tema: Fundamentos de la psicología de la salud

Nombre de la Materia: Psicología y Salud

Nombre del profesor: MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ

**Nombre de la Licenciatura: Enfermería.
Cuatrimestre: 1°**

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas; a 27 de septiembre del 2023

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD Y CONCEPTO DE SALUD

La Psicología de la Salud y la Psicología positiva son las disciplinas que estudian la salud desde una visión biopsicosocial, analizan los factores de riesgo y protección, y promueven el desarrollo y calidad de vida del individuo.

La salud es un estado y al mismo tiempo, un proceso dinámico cambiante. Continuum

ORÍGENES DE LA CONDUCTA HUMANA. Y VARIABLES INDEPENDIENTES EN SALUD

La variable independiente en salud es aquella que puede explicar el porqué del comportamiento de una variable dependiente

No podemos asumir una única variable como determinante de nuestra conducta, pues somos seres complejos por lo que es necesario explorar y evaluar qué puede estar teniendo más peso a la hora de manifestarse determinada conducta.

VARIABLES AMBIENTALES COMO CONDICIONANTES DE LA SALUD Y IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN LA SALUD

Permite al individuo entender y asumir de forma menos agresiva la condición crónica que su enfermedad conlleva, así como las alteraciones que se ven desprendidas al convivir con una enfermedad que requiere de cuidados especiales de por vida.

se refiere a la intersección entre el medioambiente y la salud pública, aborda los factores ambientales que influyen en la salud humana, y que incluyen factores físicos, químicos y biológicos, y todos los comportamientos relacionados con estos.

COMPORTAMIENTO Y SALUD Y ESTILOS DE VIDA

El estilo de vida es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal

Se le considera en primer lugar, de una forma genérica en la que se le conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad del individuo o bajo una mezcla de responsabilidad del individuo y la administración pública, según el ámbito cultural.

MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONALIDAD Y SALUD FACTORES EMOCIONALES

La reacción ante determinadas situaciones y las emociones son diferentes en cada individuo. Hay personas que ante un exceso de carga emocional tienen problemas físicos (cefálea o trastornos digestivos) cognitivos

(excesiva preocupación, obsesiones) o conductuales (adicciones)

EL CAMBIO DE HÁBITOS DE SALUD Y ENFOQUES COGNITIVO-CONDUCTUALES DE LOS CAMBIOS DE CONDUCTA DE LA SALUD

El Enfoque Cognitivo Conductual es una de las principales corrientes de la psicología contemporánea. Esta corriente se basa en la idea de que nuestras acciones

El cambio de comportamiento o cambio de hábitos, en el contexto de la salud pública, se refiere a los esfuerzos realizados para cambiar los hábitos y actitudes personales de las personas, para prevenir enfermedades