



*Nombre del Alumno: Alexis González González*

*Nombre del tema: Factores psicológicos de riesgo. Parcial: 2°.*

*Nombre de la Materia: Psicología y Salud*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería.*

*Cuatrimestre: 1°.*

*Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas; a 05 de octubre del 2023.*

# FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

## ANSIEDAD Y ESTRÉS

La ansiedad es una sensación experimentada por todos, en mayor o menor medida, en diferentes momentos de la vida.



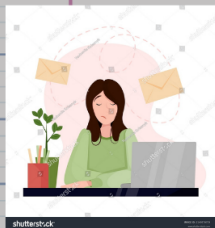
## ESTRÉS

El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional, puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado o nervioso.



## TEORÍAS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y RENDIMIENTO

Son diferentes las variables que se van estudiando en relación con el rendimiento y la ansiedad de prueba, entre otras, las autoinstrucciones o diálogos interno del sujeto.



## TEORÍAS DE CATTELL, EYSENCK

CATTELL: la teoría de la personalidad de cattell entiende el concepto de rasgos desde un punto de vista nomotético, es decir, considera que existen unos rasgos comunes a todos los individuos.

EYSENCK:

desarrolló una teoría de la personalidad en la que propone que la formación de ésta se debe a factores biológicos, genéticos.

## ¿CÓMO ENFRENTARSE A UN NIVEL DE ANSIEDAD EXCESIVO?

tales como educación sobre el trastorno, respiración controlada, reestructuración cognitiva, dormir lo suficiente, comer alimentos saludables hacer ejercicio todos los días.



## ANSIEDAD Y PERSONALIDAD

En psicología de la personalidad se denominan rasgos a las tendencias estables y consistentes de comportamiento.

## NEUROTICISMO Y ANSIEDAD

Neuroticismo en término amplio y ambiguo que aglutina numerosas patologías, rasgos de personalidad y comportamientos.

## ENFOQUE BIOMÉDICO

Este enfoque, que caracteriza los trastornos mentales a partir de criterios fundamentalmente biológicos que tiene sus raíces en los orígenes de la medicina.



<https://psicologiaymente.com/clinica/modelo-biomedico>

