



**Nombre de la Alumna: Alondra Janeth Pérez  
Gutierrez**

**Tema: Factores psicológicos de riesgo**

**Materia: Psicología de la salud**

**Maestra: Monica lisseth López López**

**Nombre de la Licenciatura: enfermería.**

**Cuatrimestre: 1º**

**Pichucalco Chiapas a 15 de octubre del 2023**

# FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

## Ansiedad

La ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés. Los trastornos de ansiedad son afecciones en las que la ansiedad no desaparece y puede empeorar con el tiempo.



## Componentes de la personalidad

**El Yo.** También conocido como lo consciente o la consciencia, es el componente de nuestra mente del cual más percepción tenemos, ya que está constantemente diciéndonos dónde estamos y haciendo qué, o cómo estamos.

**El SuperYo.** Comprendido como el conjunto de interiorizaciones que definen el «deber ser» sobre a nosotros mismos, es decir, es la instancia en donde se encuentran grabadas las leyes existenciales, sociales, culturales.

**El Ello.** Identificado como el inconsciente de Freud (aunque no son sinónimos), se refiere al contenido bloqueado o reprimido de nuestra mente, que se vincula con nuestras necesidades primarias y biológicas, como la alimentación, la reproducción

## Personalidad

conjunto de dinámicas psíquicas que son características de una misma persona, es decir, a su organización mental interior, que determina el modo en que dicha persona responderá ante una situación determinada.

## Neuroticismo

es una forma de ser que nos hace más vulnerables a las emociones negativas y al estrés. Es uno de los cinco grandes rasgos de la personalidad, junto con la extraversión, la apertura, la amabilidad y la responsabilidad.



## 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, furioso o nervioso.



## Tipos de estrés

**Estrés agudo.** Este es estrés a corto plazo que desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Esto le ayuda a controlar las situaciones peligrosas.

**Estrés crónico.** Este es el estrés que dura por un período de tiempo prolongado. Usted puede tener estrés crónico si tiene problemas de dinero, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo.

## Teoría cattel

consideraba que las características humanas como la creatividad, el autoritarismo o las habilidades de liderazgo podrían predecirse a partir del análisis factorial de los rasgos fundamentales de la personalidad



## Enfoque biomédico

es un paradigma de las ciencias de la salud que aborda la enfermedad como un problema estrictamente biológico, es decir, limita su causalidad a una cuestión fisicoquímica.

## Ansiedad y rendimiento

La ansiedad de rendimiento, es la ansiedad que sentimos las personas a la hora de hacer o enfrentarnos a una tarea o a una situación concreta, solemos tener un fuerte cansancio

## Autoestima:

conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamientos dirigidos hacia uno mismo

## Autoconcepto:

conjunto de imágenes, pensamientos y características que el individuo tiene de sí mismo



## Teoría eysenck

identifica tres dimensiones básicas, Neuroticismo, Extraversión y Psicoticismo. En su hipótesis propone que aquellos individuos con puntuaciones elevadas en las tres dimensiones tendrán un mayor riesgo de desarrollar conductas antisociales.

