



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: José Luis de la Cruz Villamil.

Nombre del tema: Fundamentos de la psicología de la salud.

Parcial: Único.

Nombre de la Materia: Psicología y Salud.

Nombre del profesor: Luisa Bethel López Sánchez.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: Primero.

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD.

1.6 Importancia de la psicología en la salud.

Se enfoca en el comportamiento, actitud y procesos que ocurren en un individuo llegando a afectar su salud.

Valora la enfermedad, todos los factores emocionales y cognitivos para tratar las enfermedades con relación a ellas.

Objetivos

-Fomentar la salud:
Se debe tomar en cuenta que no todas las enfermedades necesitan de medicación sino tratarlas desde la perspectiva psicológica.

-Investigación:
Indagar el porqué de estos problemas nos ayudará a interiorizar sobre la raíz del problema y sobre cómo tratarlos.

-Estudiar todos los factores:
Tener en cuenta todos los factores de manera global con la finalidad de establecer un tratamiento adecuado y profundizar en el problema.

1.7 Comportamiento y Salud.

Viéndolo desde la perspectiva psiconeuroinmunológica se aborda la posibilidad de la relación que hay entre los aspectos fisiológicos y psicológicos del individuo.

Los estudios de dicha disciplina mantienen la hipótesis de que el sistema nervioso central puede influir en la función inmune por lo que los factores psicológicos están implicados en muchos de los factores que afectan la viabilidad de la enfermedad.

1.8 Estilo de vida.

Gil Róales (1988) lo considera de una forma genérica en la que se le conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad del individuo.

-Singer (1982) dice que es una forma de vivir o la manera en la que la gente se conduce con sus actividades día a día.

-Ardell (1979) Aplicándolo a la salud de que aquellas conductas sobre las que el individuo tiene control y que incluyen todas las acciones que afectan a los riesgos para la salud.

Desde esta perspectiva algunos autores proponen dos estilos de vida:

- 1.- Estilo de vida saludable que abarca la sobriedad y la actividad física.
- 2.- Estilo de vida libre que es lo contrario a la vida saludable.

Podemos destacar la definición dada por Abel (1991)

“Los estilos de vida en salud comprenden patrones de conducta relacionados con la salud, valores y actividades adoptados por los individuos y los grupos en respuesta a su ambiente social y económico”

Existe una tercera aproximación al concepto de estilo de vida dándole un enfoque pragmático, partiendo de la evidencia empírica, dice que la salud, ciertas formas de actuar, decir y pensar parecieran ser mejores que otras.

Partiendo de este enfoque podemos aportar las definiciones de:

-Mechanic (1986) “ Los patrones de respuesta relacionados con la salud cuando la persona no tiene síntomas específicos”

-Matarazzo (1984) que define como inmunógenos conductuales a las actividades o hábitos de vida que reducen el riesgo de morbilidad y muerte prematura.

Desde esta perspectiva Milar y Milar (1993) proponen la distinción entre:

- 1.- Conductos de enfermedades: proporcionan la posible detención de trastornos y que por sí mismos no permiten que la persona mejore.
- 2.- Conductos de promoción de salud: Son los que por sí mismos sí permiten que la persona mejore su salud.

1.9 Modelos de relación entre personalidad y salud.

Suls y Rittenhouse (1990) le dan una explicación como la relación entre comportamiento y salud partiendo de los rasgos temperamentales y de carácter que definen la forma de actuar de las personas.

La personalidad induce hiperactividad.

Algunas personas según su tipo de rasgos responden de forma crónica, esto es de manera puntual con una reactividad fisiológica exagerada a los estresores.

Predisposición Conductual.

Las disposiciones de personalidad asociadas con riesgo de enfermedad puede que sean marcadores de alguna debilidad física que aumentan la susceptibilidad a la enfermedad.

Los postulados de este modelo son.

- 1.- La disposición de la personalidad tiene un fuerte origen constitucional.
- 2.- La predisposición constitucional aumenta la susceptibilidad a los patógenos externos.

-Personalidad A: Son personas impacientes, competitivas y agresivas en los negocios. Les es difícil relajarse.

-Personalidad B: Son pacientes, relajadas y de personalidad flexible.

-Personalidad C: Son poco asertivas, son muy complacientes y reprimen sus emociones.

La personalidad como determinante de conductas agresivas.

Propone que los rasgos de personalidad confieren mayor riesgo de enfermedad ya que exponen a los individuos a situaciones riesgosas.

Bibliografía

ALBORES. (15 de Septiembre de 2023). <https://plataformaeducativauds.com.mx/alSelRecurso.php>.
Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/alSelRecurso.php>:
<file:///C:/Users/jluis/Downloads/Psicolog%C3%ADa%20y%20Salud/9c5476b7fd96593dabe60efc6b2a2f14.pdf>

Prezi. (13 de Noviembre de 2014). Obtenido de Prezi: <https://prezi.com/lg1vflz5ehbw/modelos-de-relacion-entre-personalidad-y-salud/>