



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno:Emmanuel perez perez

Nombre del tema : Fundamentos de la psicología de la salud

Parcial: I

Nombre de la materia: Psicología y salud

Nombre del profesor: Luisa bethel lopez sanchez

Nombre de la licenciatura: ENFERMERIA

PICHUCALCO CHIAPAS MARTES MARTES 26 DE SEPTIEMBRE DEL 2023

PSICOLOGIA Y SALUD

Importancia de la psicología en la salud

La psicología de salud data de 1978 cuando el American Psychological Association, acepto crear la rama dedicada a psicología de la salud. Esta se enfoca en el comportamiento y actitud , en relación a eso de terminan Si el paciente desarrollo ansiedad o depresion o alguna condición psicológica que pueda afectar su salud la psicología en la salud juega un papel muy importante en la prevención de enfermedades como tabaquismo anorexia ETC al prevenir y exponer habitos saludables de prevención para los jóvenes y adultos .La psicología en la salud se basa en la comprensión Y el tacto con el paciente mejorando asi el estado psicológico y saludable del paciente demostrando asi que la psicología en la salud es una rama muy importante .

Comportamiento y salud

Se basa en los marcadores genéticos que marcan las posibilidades de Llegar a tener una enfermedad genética que aborda comportamiento y salud basadas en investigaciones que revelan que el comportamiento desde puntos de vista psiconeuroinmunologico que relaciona el estrés y problemas psicológicos nos hacen propensos a problemas graves de salud como lo son alteraciones cardiovasculares he inclusive al de desarrollo de cancer .

Estilos de vida

Se basa en el estilo de vida ya sea saludable o libre el saludable se basa en el cuidado personal con respecto a lo que comemos y consumimos dia con dia y lo importante que esto es en nuestra salud y esto abarca las limitaciones psicologicas que nos ponemos al no consumir cosas que dañan nuestra salud Y por otro lado tenemos el estilo libre que se basa en llevar una vida con alimentos dañinos y cosas nosivas como cigarras alcohol y demás cosas que nos dañan la OMS ha desarrollado estilos de alimentación adecuados para las personas para poder mejorar su estado de salud todo eso pensando en un mejor estilo de vida para todas y todos .

Modelos de relación entre personalidad y salud

Esta se basa en patrones de actitudes que dan cabida a problemas estresantes o preocupantes los modelos de personalidad Y salud se define como un complejo sistema regulador de la conducta una unidad indivisible una organización mas o menos estable del carácter intelecto ETC pero aun es un concepto que no esta del todo claro..

RECURSOS: ANTOLOGIA PSICOLOGIA Y SALUD