



**Mi Universidad**

## **CUADRO SINOPTICO**

*Nombre del Alumno: Emmanuel perez perez*

*Nombre del tema: fundamentos de la psicología y la salud*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: psicología y salud*

*Nombre del profesor: luisa bethel lopez sanches*

*Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA*

*Cuatrimestre: I*

*PICHUCALCO CHIAPAS .*

*MARTES 26 DE SEPTIEMBRE DEL 2023.*

# PSICOLOGIA Y SALUD 😊

## IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGIA EN LA

La psicología de la salud data de 1978 cuando el American psychological association , acepto crear la rama dedicada a psicología y salud . Esta se enfoca en el comportamiento y actitud , en relación a eso determinan si el paciente sufre algún problema psicológico que pueda afectar su salud

La psicología en a salud se basa en la comprensión y el tacto con el paciente mejorando asi el estado psicológico y saludable del Paciente

## COMPORTAMIENTO Y SALUD

El comportamiento saludable debe definirse como un comportamiento especifico de salud desde la salud , este se adquiere y se aprende a usar para socializar y conpajinar con las personas en tu entorno .

La salud como proceso implica identificación , atención , adquisición , practica, mantenimiento y desarrollo . su objetivo debe ser la salud y Biopsicosocial

## ESTILOS DE VIDA

Se basa en los diferentes estilos de vida ya sea saludable o libre que refiere a un mal estilo de vida esto se basa en el cuidado personal con respecto a lo que comemos y hacemos dia con dia y lo importancia que le da a nuestra salud esta se enfoca en limitantes .

Las limitantes psicológicas son las de no consumir cosas que dañan nuestro cuerpo y salud es por ello que hasta la OMS ha desarrollados planeaciones de estilos de vida saludables y provechosas para el ser humano

## MODELOS DE RELACION 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 . El desarrollo de enfermedades medicas depende muchas veces de nuestra condición social y estado mental en el que nos encontramos

Conocer nuestra personalidad es un factor que nos puede ayudar a entender que eventos nos hace mas o menos vulnerables para el desarrollo de cualquier enfermedad

BIBLIOGRAFIA : ANTOLOGIA PSICOLOGIA Y SALUD ,  
GOOGLE [psicologiaysalud.uv.mx](https://psicologiaysalud.uv.mx)  
<https://psicologiaysalud.uv.mx>