



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Emanuel Magaña Domínguez

Nombre del tema: Unidad I; Fundamentos de la psicología en la salud

Parcial: Único

Nombre de la Materia: Psicología y salud

Nombre del profesora: Lic. Luisa Bethel López Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1er cuatrimestres

Fundamentos de la psicología en la salud

1.6 Importancia de la psicología en la salud

La psicología de la salud, esta se interesa por el comportamiento, actitud y procesos que pueden estar ocurriendo en un individuo de tal forma que afecten a su salud, valorar la enfermedad, y qué procesos la engloban, también se encarga de valorar todos los factores emocionales, los relacionados con la conducta, y los cognitivos de tal forma que se pueda obtener una visión global para tratar enfermedades relacionadas con la disfunción de alguno de ellos, se crea en el año de 1978, pues American Psychological Association, aceptó crear la rama el psicólogo se encarga de evaluar, observar al paciente, y comunicarse con él para trata las diferentes enfermedades que puedan existir por ejemplo, si un paciente acude con malestar y síntomas de ansiedad como insomnio, falta de respiración, agitación o tristeza, se encargará de evaluarlo para así empezar un tratamiento efectivo

1.7 Comportamiento y salud

No es extraño que algunas personas se recuperan con cierta rapidez de las mismas enfermedades y trastornos que a otras les causan largos periodos de recuperación, y tampoco es extraño conocer personas que se enferman de manera muy fácilmente de las enfermedades causadas por virus, mientras que otras pueden estar completamente expuestas y estar completamente sanas; puede parecer obvio que tales diferencias individuales se deban fundamentalmente a la dotación genética del individuo y que disponga de un marcador genético que predisponga de ciertas enfermedades y esto no significa que por tenerlo sea determinante en ella, para estudiar desde una perspectiva científica la relación entre los aspectos psicológicos (personalidad) y fisiológicos del individuo es preciso clarificar los tres aspectos que se hallan implicados en la misma, a saber: qué se entiende por personalidad, qué se entiende por salud y/o enfermedad y, quizá lo más importante de esta cuestión, averiguar y profundizar en los mecanismos que intervienen en esta interacción

1.8 Estilos de vida

Tal como expone Gil Roales, se pueden detectar tres aproximaciones al concepto de estilo de vida. Se le considera en primer lugar, de una forma genérica en la que se le conceptualiza como una moral saludable que cae bajo la responsabilidad del individuo o bajo una mezcla de responsabilidad del individuo, En esta conceptualización podrían incluirse las definiciones de Singer (1982) y Ardell (1979). El primero dice que es “una forma de vivir o la manera en la que la gente se conduce con sus actividades día a día”, mientras que Ardell, al aplicarlo a la salud, lo delimita como “aquellas conductas sobre las que un individuo tiene control y que incluyen todas las acciones que afectan a los riesgos para la salud”

Algunos autores han propuesto la idea de 2 estilos de vida: el primero siendo un estilo saludable con dos dimensiones como A: sobriedad; y B: como actividad física y deporte. Y la segunda totalmente contrario al anterior ingesta de alcohol, desbalance alimenticio, y poco interés en la apariencia física

1.9 Modelos de relación entre personalidad y salud

Existen varios modelos explicativos que intentan dar cuenta de las relaciones entre la conducta y salud de los individuos, podríamos caracterizarlos como cognitivos por la importancia que le otorgan a estos aspectos para fundamentar su enfoque algunos ejemplos de teorías son el de creencias sobre la salud, el de la teoría de la utilidad subjetiva esperada, el de la teoría de la motivación por la protección, y el de la teoría de la acción razonada; con la intención de aumentar su potencial explicativo se integraron nuevos paradigmas que llevan consigo componentes afectivos y cognitivos, básicamente, son tres los modelos que proponen una explicación causal entre personalidad y salud: 1.- la personalidad induce hiperactividad; 2.-predisposición conductual; y 3.- la personalidad como determinante de conductas agresivas , según este modelo, la reactividad fisiológica está determinada por la evaluación de las situaciones como más estresantes de lo que en realidad son, o bien porque las conductas realizadas por estos individuos producen elevadas respuestas simpáticas.

Referencias bibliográficas

(Psicología y salud, antolog

(podcast)ia)