

# IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

## ¿QUE ES?

Rama de la psicología cuyo objetivo es el análisis de las conductas y los estilos de vida personales que pueden afectar a la salud física.



## OBJETIVO

Cómo objetivo ayudar a los espectadores para comprender la información de la psicología de la salud de manera más sencillo y como se lleva a cabo en la odontología.



Author: iStock.com - 17942092

## PROMOCIÓN DE LA SALUD

Permite que las personas tengan mayor control de su propia salud. Entren las campañas para la enseñanza del cuidado y el como lo pueden hacer.



## PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

Modificación de hábitos insanos asociados a enfermedades, esto implica trabajar en la modificación de conductas para mejorar la salud de cada persona además de la detección precoz de enfermedades y existe 3 tipos...



## LOS 3 TIPOS DE PREVENCIÓN

Primaria: tratamiento rehabilitación y prevención de secuelas.  
secundaria: detección temprana e intervención breve.  
terciaria: promoción fomento, educación y protección a la salud



Author: iStock.com - 17942092

## TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES ESPECÍFICAS

En estos casos los psicólogos trabajan junto a otros especialistas de la salud, combinando los tratamientos médicos habituales junto con los tratamientos psicológicos.



Evaluación y mejora del sistema sanitario  
la mayor información y transparencia son la base para conocer las carencias.  
un sistema de evaluación es necesario para saber que modelo funciona mejor. coordinar atención primaria y especializada y conectar el sistema sanitario.

## Factores emocionales

### Actitud positiva

Tener una actitud positiva significa ser optimista ante las situaciones y ante nosotros mismo. Las personas con actitud positiva mantienen las esperanzas en alto y ven lo mejor incluso en medio de las dificultades .



### Autoestima

La valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto valoración que se acompaña de sentimientos de valía personal y auto aceptación



### Capacidad para afrontar la adversidad (resiliencia)

La resiliencia, o capacidad para sobreponerse a la adversidad es un concepto novedoso que surge de la inquietud por identificar aquellos factores que permiten a las personas sortear las dificultades y condiciones adversas que se le presentan en su vida cotidiana de manera exitosa.



### Relaciones positivas y duraderas

Las relaciones humanas positivas se logran cuando dos o más personas tienen un contacto, comparten ideas, sentimientos, valores, trabajo, estudio; logrando altos niveles de solidaridad, empatía, aceptación, comprensión, y compromiso con ellos y la sociedad.



# COMPORTAMIENTO Y SALUD

1)

## promocionar la salud

Se trataría de todas aquellas actuaciones dirigidas a promover un estilo de vida saludable, entendiendo por salud no solo la ausencia de enfermedad, si no también la presencia de un estado de bienestar físico y anímico en el individuo.



2)

## prevenir enfermedades

Esta tarea pasaría por la modificación de hábitos no saludables asociados a múltiples patologías, bien crónicas o agudas.

3)

## Comportamiento de riesgo

Cuya eliminación es la única y más eficaz forma de evitar muchas enfermedades graves.



4)

## por ejemplo

Sería el uso del preservativo, que no solo puede servir para detener epidemias como el SIDA o las enfermedades menos conocidas como el carácter de útero .

5)

algunas de las recomendaciones desde este campo para promover estilos de vida saludable son los siguientes :



6)

Práctica ejercicio físico :  
nutricion adecuada:  
un estilo de vida de minimizador de emociones negativas:

Practicar ejercicio físico: los principales beneficios del ejercicio sobre la salud tiene que ver con la prevención de los problemas cardiovasculares



# MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONALIDAD Y SALUD



## DETERMINADOS FACTORES DE PERSONALIDAD

Afectan a la forma en que las personas perciben las situaciones amenazantes, y por tanto a la salud psicológica y física de las personas

## HAY FACTORES DE PERSONALIDAD

Específicamente el neuroticismo y la extraversión que suelen estar asociados con Estados afectivos que pueden perjudicar o favorecer la salud y el bienestar psicológico de la persona



## MODELOS DE PERSONALIDAD PREDISPONENTES A LA SALUD

Personalidad autocurativa: energía, capacidad de respuesta, equilibrio emocional, seguridad y constructividad, vivacidad y alegría: la personalidad "es fuerte".



## OBJETIVOS

Explicar la relación personalidad -salud a partir de los modelos psicológicos  
caracterizar las tipologías y los rasgos clínicos de la personalidad.

