



Mi Universidad

Psicología y Salud

Nombre del Alumno: Roberto Antonio Alfaro Cancino

Nombre del tema: Psicología en la Salud

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología y salud

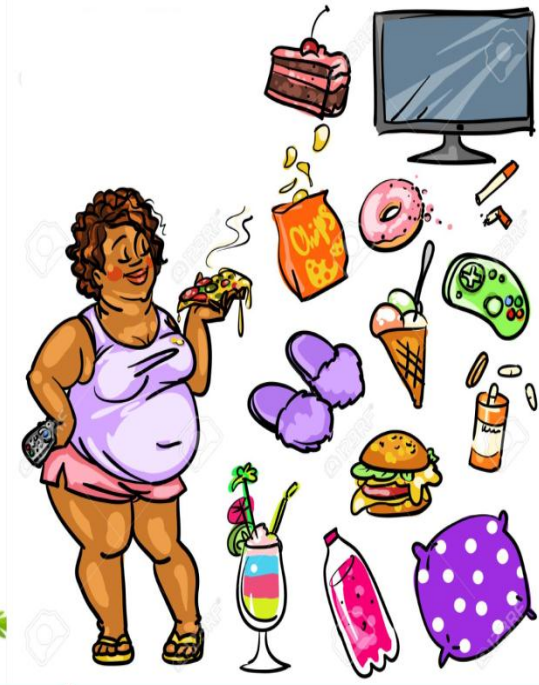
Nombre de la profesora: Lic. Jazmin Lopez Perez

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería

Cuatrimestre: Primero



ENFERMEDADES-EDUCACIÓN-INDUSTRIALIZACIÓN-AMBIENTE SON FACTORES AMBIENTALES CONDICIONANTES DE LA SALUD



LAS EMOCIONES SON REACCIONES PSICOFISIOLOGICAS QUE EXPERIMENTAMOS A DIARIO



TENEMOS PREDISPOSICIÓN GENETICA PARA PADECER ENFERMEDADES, EL ESTILO DE VIDA ES IMPORTANTE, DE ACUERDO A ESTE PODREMOS ACELERAR O FRENAR EL PADECIMIENTO DE ESTAS, EN ESTOS FACTORES SE ENGLOBALAN EL ESTRÉS, LA ALIMENTACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA ENTRE OTRAS.

ALEGRIA, MIEDO, ENOJO Y TRISTEZA SON EMOCIONES BASICAS



PSICOLOGÍA

ESTA CIENCIA JUEGA UN PAPEL MUY IMPORTANTE EN LA SALUD DADO QUE SE INTERESA POR EL COMPORTAMIENTO, ACTITUD Y PROCESOS QUE PUEDEN ESTAR OCURRIENDO EN UN INDIVIDUO DE TAL FORMA QUE AFECTEN A SU SALUD



LA ALTERACIÓN DE ESTAS EN UN TIEMPO PROLOINGADO PUEDEN DESENCADENAR TRASTORNOS EN LA SALUD



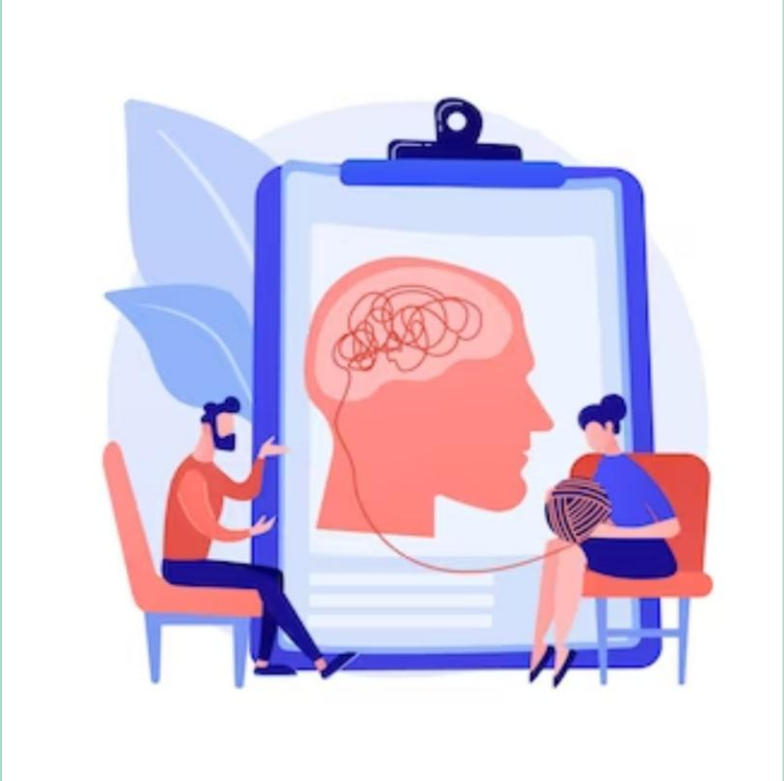
SULS Y RITTENHOUSE EXPLICAN LA RELACION ENTRE COMPORTAMIENTO Y SALUD A TRAVÉS DE 3 MODELOS DONDE LA PERSONALIDAD

- 1.-INDUCE HIPERACTIVIDAD**
- 2.-PREDISPOSICIÓN CONDUCTUAL**
- 3.-DETERMINANTE DE CONDUCTAS AGRESIVAS**



**SCHWARZER Y FUCHS
PROPUSIERON UN MODELO QUE
CUANDO UNA PERSONA ESTABLECE
COMO META UN CAMBIO EN SU
CONDUCTA DE SALUD, SE BASA EN
TRES TIPOS DE COGNICIONES**

**LAS PERCEPCIONES
DE RIESGO**



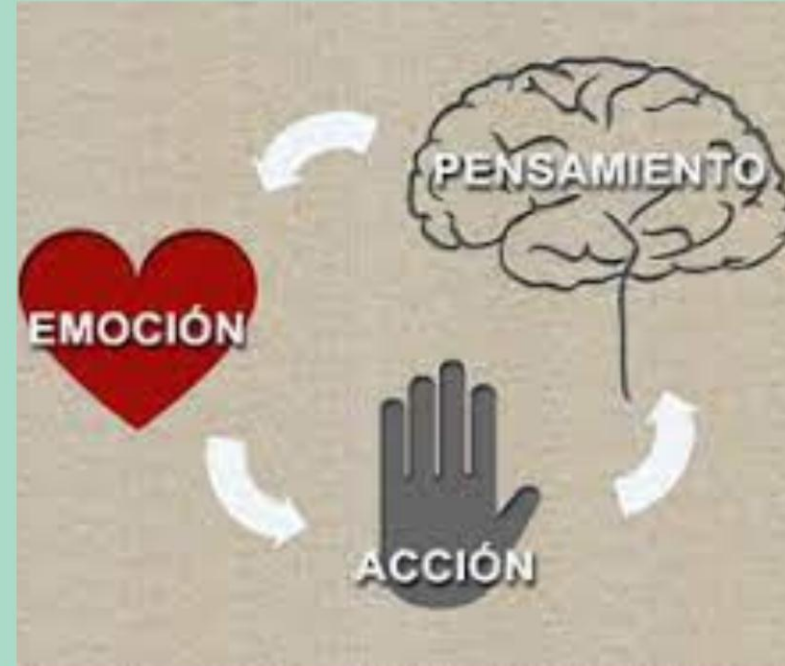
**EL MODELO
CONDUCTUAL ESTÁ
DISEÑADOS PARA
REFORZAR
CONDUCTAS
ADECUADAS,
DESARROLLAR
HABILIDADES
ESPECÍFICAS PARA
LOGRAR UNA
BUENA SALUD Y
CONTROLAR LOS
ESTÍMULOS Y LAS
CONTINGENCIAS
AMBIENTALES QUE
LA MANTIENEN.**

**LA
AUTOEFICACIA
PERCIBIDA**



**LAS
EXPECTATIVAS
DE
RESULTADOS**

**EN EL MODELO
COGNITIVO SE
CONCENTRAN
PRINCIPALMENTE
EN LA
IDENTIFICACIÓN Y
MODIFICACIÓN DE
LOS
PENSAMIENTOS,
PROCESOS Y
ESTRUCTURAS
COGNITIVAS DE UN
INDIVIDUO**



CONCLUSIÓN

Como pudimos observar en el desarrollo de la presente super nota, podemos determinar que la psicología es una ciencia que tiene mucha ingerencia dentro del área de la salud, dado que se fija en el comportamiento de un individuo y en que forma sus actos conductuales y cognitivos afectan o benefician su salud; existen muchos factores que juegan un papel muy importante en la vida cotidiana dentro de una población como lo son los hábitos saludables, o los malos, la predisposición a enfermedades, las emociones, entre otros que empujan al individuo a tomar decisiones para mejorar su salud en general; por otro lado Schwarzer y Fuchs proponen en su modelo que un individuo determina la percepción del riesgo en su salud, posteriormente genera las expectativas de los resultados y por último pasa a la autoeficacia percibida, por ejemplo si una persona es diagnosticada con diabetes detectara un riesgo a su integridad por lo que deberá analizar cuáles son las causas del que haya sido detectado con esta enfermedad, posterior a eso deberá trazar un plan de alimentación sana, realizar actividad física, mantener una actitud positiva dado que las emociones juegan un papel muy importante porque la alteración de una puede desencadenar un trastorno en la salud, para que esto le ayude a obtener resultados y para finalizar el proceso comenzara a ver los cambios reflejados por lo que deberá continuar con su plan para no recaer.

BIBLIOGRAFÍA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE;. (2023). ANTOLOGÍA DE LA MATERIA DE PSICOLOGIA Y SALUD
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/691e0dfb69f10a6c79ff81d7d5b9ff50-LC-LEN103%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>