

UNIVERSIDAD DEL SURESTE UDS

CARRERA: LICENCIATURA EN ENFERMERIA.

MATERIA: PSICOLOGIA Y SALUD.

LIC: MARIA DEL CARMEN BRIONES MARTINES.

ALUMNA: DAMARIS RAIMUNDO HERNANDEZ.

PRIMER CUATRIMESTRE

GRUPO "A"



4.1 LA ACTIVIDAD FISICA ES UNA IMPORTANTE ALTERNATIVA PARA UNA VIDA SALUDABLE.

4.2 LOS PROCESOS PSICOLOGICOS SON PROCESOS MENTALES Y EMOCIONALES.

4.4 *ESPIRITUALIDAD, LA DEDICACION A UNA RELIGION Y PRACTICA DE LA FE.*

4.3 FACTOR QUE DETERMINA CAMBIOS EN LA CONDUCTA SOCIAL, PSICOLOGICA Y ECONOMICA.

4.6 LA COMIDA DETERMINA LO QUE OCURRE EN NUESTRO CUERPO A NIVEL CECULAR Y METABOLICO, DONDE SE ORIGINAN LOS PROCESOS

4.5 UNA BUENA CALIDAD DE DESCANZO TRAE MAYOR VIDA PARA EL SER HUMANO.

LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

4.9 LA DIMENSION SOCIAL SE ORGANIZA EN TORNO A LA INTERACION CON OTRAS PERSONAS

4.7 PROMOVER UN ESTADO DE RELAJACION

4.8 ENFOQUE EN LOS PROCESOS QUE RELACIONAN AL CUERPO Y LA MENTE Y NOS PERMITE CONCERNOS MEJOR APARTIR DEL ESTADO CORPORAL; SENTIDOS, MOVIMIENTO, SISTEMA NERVIOSO Y ESTRUCTURA

4.10 EL COMPORTAMIENTO SALUDABLE SE ADQUIERE, SE APRENDE. LA SALUD SE EJERCE COTIDIANAMENTE Y SE PRACTICA DE MANERA DIRIGIDA Y VOLUNTARIA. HAY QUE ENFRENTAR LA SALUD COMO UN PROCESO Y NO COMO UN ESTADO.