

**UNIVERSIDAD UDS**

**PSICOLOGÍA Y SALUD**

**ALEXIA BERENICE BARRIOS FERNÁNDEZ**

**ACTIVIDAD 1**

**ENSAYO**

**JAQUELIN CRUZ VENTURA**

**15/9/2024**

## INTRODUCCIÓN

La psicología en el área de la salud, es algo importante tanto como en el personal de la salud al igual en los pacientes ya que los encargados del área de la salud pueden detectar que ocurre con su paciente tanto como para detectar lo que está pasando en el paciente ya sea, físicamente o emocionalmente, puede favorecer a la búsqueda de soluciones al problema del paciente.

## DESARROLLO

En el área de la salud la psicología es algo vital en el día a día como ya antes dicho, que ya sea en el personal de salud o en el paciente. El personal de salud se es capacitado para ese tipo de situaciones que día con día se llegan a ver. También se toma en cuenta que tanto los enfermos como sus acompañantes pasarán por momentos difíciles y el apoyo psicológico es un punto vital para hacer el trance más llevadero, una práctica imprescindible es la de ponerse en la piel del paciente y, entre otras cosas, conocer las distintas fases y sensaciones que se viven a la hora de asumir una enfermedad. Y la mayoría de los pacientes pasan como por algunas fases al momento de qué se les es detectado el problema y les cuesta aceptar lo que se les fue dicho. Algunas etapas son la negación que es como la forma de defensa del paciente al momento de una noticia que por ende no se esperaba, lo siguiente sería la ira ya que

**probablemente se enfadara con el personal o con sus familiares o amigos por no comprender por lo que están pasando en esos momentos, luego pueden llegar a tener síntomas de depresión ya que empiezan a sentir tristeza ante la noticia que se les fue dada y al último algunos pacientes llegan a aceptar por lo que están pasando o por lo que van a pasar.**

**La psicología es fundamental para la promoción de estilos de vida saludables porque es la ciencia que estudia el comportamiento humano, pueden llegar a analizar los factores emocionales, cognitivos y de conducta .**

**Los estilos de vida son muy importantes ya que con ellos podemos empezar a llevar una vida más sana y prevenir algunas enfermedades. La psicología puede influir en ya sea para poder cambiar y comprender algunos hábitos poco saludables de la persona como por ejemplo que la persona pueda empezar a desarrollar estrés y ansiedad que puede llegar a afectar la salud física y mental de la persona.**

## **CONCLUSIÓN**

**En conclusión la psicología es algo fundamental en los médicos y enfermeras así como en los pacientes para así poder detectar el problema ya sea físicamente hablando o**

**emocionalmente hablando, ya que es algo de mucha ayuda alas personas.**

