



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO: CIELO ESMERALDA LÓPEZ HERNÁNDEZ**

**NOMBRE DEL TEMA : TEMAS DE LA UNIDAD I**

**PARCIAL : 1°**

**NOMBRE DE LA MATERIA : PSICOLOGÍA Y SALUD**

**NOMBRE DEL PROFESOR: LUIS EDUARDO GORDILLO REYES**

**NOMBRE DE LA LICENCIATURA : ENFERMERÍA**

**CUATRIMESTRE: 1°**

# ÍNDICE

1. Índice	1
2. Introducción	2
3. Orígenes de la conducta humana	3
4. Variables independientes en la salud	4
5. Variables ambientales como condicionantes en la salud	5
6. Modelos de relación entre personas y salud	6
7. Factores emocionales	7
8. Conclusión	8

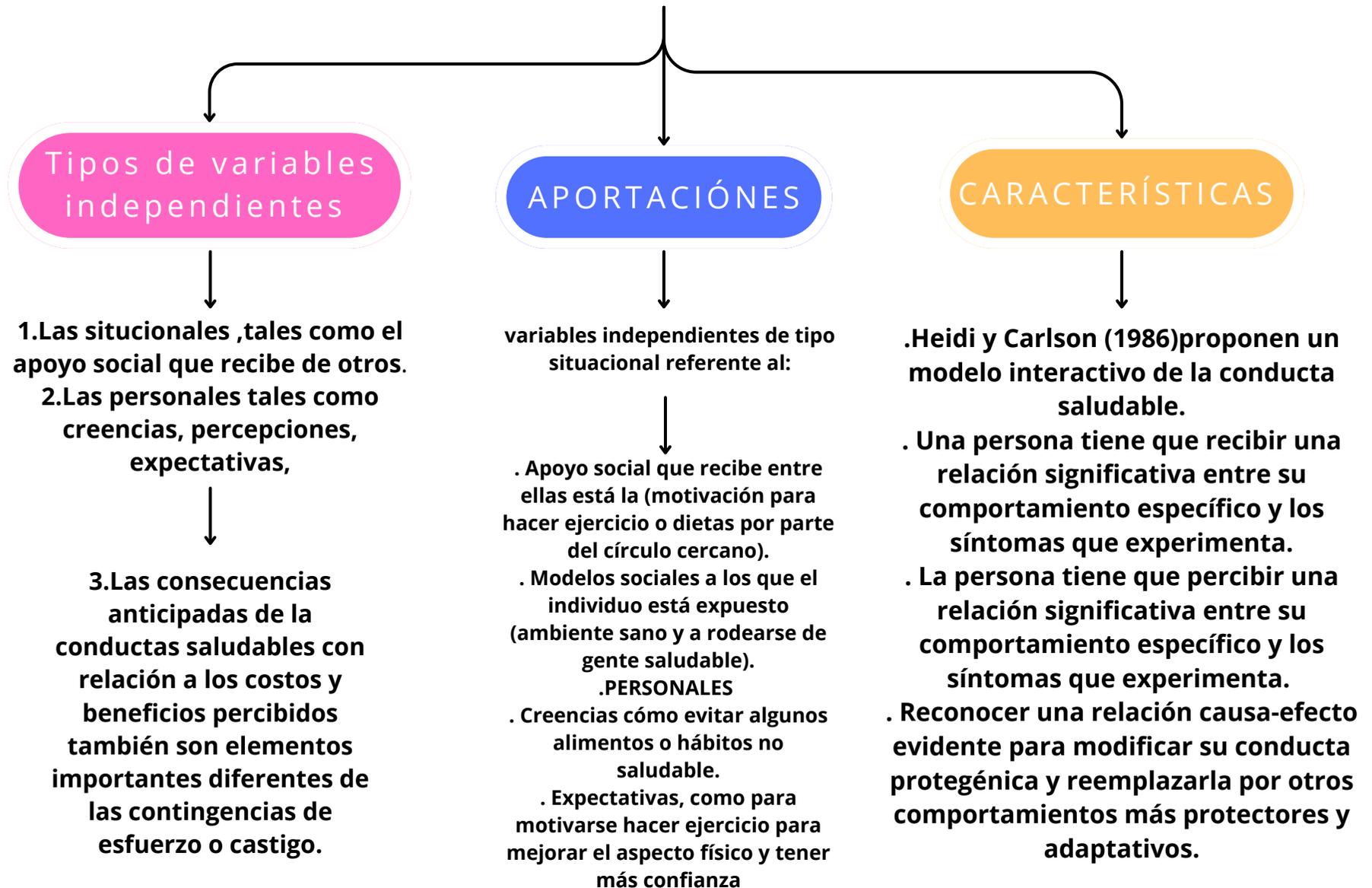
## INTRODUCCION.

En esta primera Unidad nos habla de como debemos de conocer los orígenes de la conducta humana , en cómo es la conducta en el ser humano, también en cómo nos afecta la conducta del ser humano en nuestra salud como por ejemplo los cambios climáticos o en la destrucción de los bosques también en cómo puede influir nuestras emociones y expectativas que tenemos como seres humanos ,y en cómo es que podemos contrar nuestras emociones o de que forma nosotros podemos tratarla para nuestra salud .

# ORÍGENES DE LA CONDUCTA HUMANA



# Variables independientes en la salud



## DESARROLLO TÉCNICO Y URBANISMO

Genera problemas graves procesos de industrialización, utilización máxima de vehículos a motor crecimiento urbano, evacuación de residuos industriales no depuradas (radiactivos, químicos).

## CRISIS AMBIENTAL

Requiere tanto de la educación formal como la de no formal para el desarrollo de una conciencia ambiental.

## SOCIEDADES LATINOAMERICANAS

Un número significativo de enfermedades y muertes es causado por enfermedades infecciosas, por condiciones de vida carentes de higiene, por falta de agua residuales, por alimentos sin control sanitario ,por la falta de alimentos.

## Soler Márquez y abad Ros

El nivel de desarrollo de una sociedad determina el peso relativo de las variables ambientales en la salud de los individuos

## PROBLEMAS DE RIESGO PARA LA SALUD DE LOS SERES HUMANOS

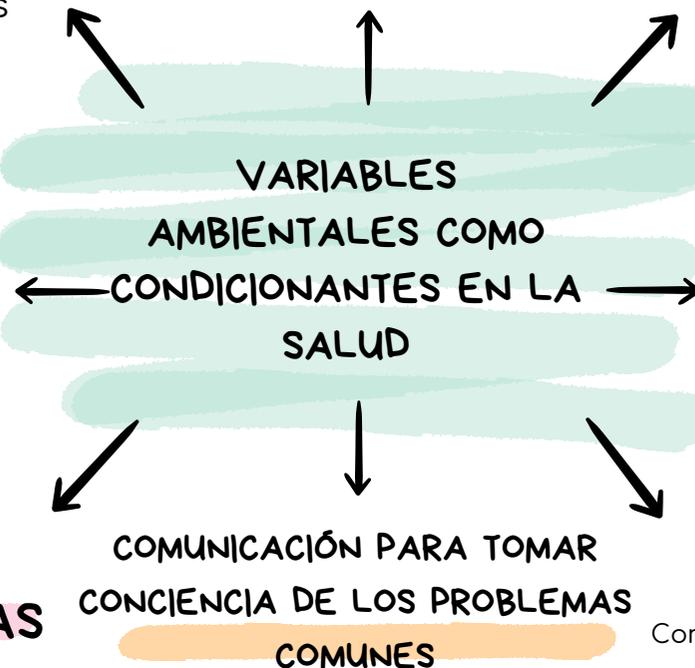
- . Lluvia ácida
- . Incendios
- . Cambios climáticos
- . Residuos tóxicos
- . Explosión demográfica
- . Calentamiento global del planeta por gases del efecto invernadero

## Daños Provocados por :

Ruidos ambientales, radiaciones de electromagnéticas a las que estamos sometidos de forma constantes.

## AMBIENTE SALUD Y EDUCACIÓN

Como seres humanos nos constituimos desde lo socioambiental a partir de un mundo de significados compartidos, necesitamos un medio social y un ambiental concreto que nos brinde la posibilidad de desarrollarnos como tales, si notamos conciencia de la importancia de proteger el ambiente y solucionar participativamente los problemas que se padece será difícil de alcanzar un nivel de vida saludable



# MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONAS Y SALUD

## CARACTERÍSTICAS

las personas de hostilidad y tipo A pueden sufrir enfermedades como la gripa y resfriados

Existen diferentes modelos entre las relaciones de la conducta y salud de los individuos:

## PERSONALIDADES NEGATIVAS

- Ansiedad
- Culpa
- Baja autoestima

## REACTIVIDAD

### FISIOLÓGICA

Es determinada por la evaluación de las situaciones como las estresantes de lo que en realidad son o bien porque las conductas realizadas por estos individuos producen elevadas respuestas simpáticas o neuroendocrinas

## COGNITIVOS

Por la importancia que otorgan a estos aspectos para fundamentar su enfoque. dichos modelos son sobre la creencias sobre la salud

## Aplicabilidad

Es la relación que se establece entre la activación del sistema nervioso simpático y la depresión sistema inmunitario que provoca que personas con características de hostilidad y típico a sufran también de enfermedades

# FACTORES EMOCIONALES

## Son :

Reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello.

### Inteligente emocional dividida en :

**Biológicos**  
·genéticos  
·sistema nervioso  
· desarrollo cognitivo  
· temperamento

### Inteligente emocional divide en :

**Psicosociales**  
·Entorno afectivo  
·Entorno socioculturales  
-Familia  
-Escuela  
-Sociedad

## Emocion negativa

Puede tener consecuencias para la salud al experimentar ira ,tristeza, ansiedad o depresión de manera intensa tienen a producirse cambios de conducta que hace que abandonamos hábitos saludables como la alimentación equilibrada, el ejercicio físico,o la vida social.

### Fredrickson

Sostiene que las emociones como : la alegría, el entusiasmo,la satisfacción,el orgullo comparten la propiedad de ampliar los repertorios de pensamiento y de acción de las personas y de constituir reservas de recursos físicos intelectuales psicológicos y sociales.

### Características

·Aumentan el significado de la vida y la profundidad de las relaciones  
·Nos ayudan a adaptarnos a y responder al entorno (señalan que cosas agradables debemos seguir y que cosas peligrosas debemos evitar).

## Emocion

Es la encargada de tener una conducta motivada ,se caracteriza por poseer una dirección y una intensidad

### Consideradas

Adaptativas: ya que dependerán de la evaluación que la persona haga del estímulo es decir del significado que le da este y de la respuesta de afrontamiento que genera .

### Reacciones emocionales

·El miedo -ansiedad  
·La tristeza - depresión y el asco se caracterizan por una experiencia desagradable o negativa

puede surgir una respuesta des adaptativa,es decir que permanecemos enojados,tristes ,ansiosos o aterrados .

## CONCLUSIÓN

En ese trabajo me lleva a ampliar mis conceptos que no sabía de los orígenes de la conducta humana de cómo las variables independientes en la salud son importantes, qué factores en la salud hay, en las variables ambientales en como de alguna forma nosotros mismos hacemos daño a nuestra salud a través del efecto invernadero ,en la destrucción de bosques y la desertificación los cambios climáticos, y en como debemos de manejar nuestras emociones ya sea en tristeza, enojos o como también nosotros podemos mejorar nuestras emociones para no afectar a nuestra salud , también nos da aprender sus características definiciones que conlleva cada uno de estos temas que son importantes en nuestra vida y que nos ayudan a nuestro entorno a mejorar más de nosotros mismos.