



Mi Universidad

ESQUEMA

Nombre del Alumno: Yolanda Felipe Francisco

Parcial: primer parcial

Nombre de la Materia: psicología y salud

Nombre del profesor: Luis Eduardo Gordillo Reyes

Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería

Cuatrimestre: primer cuatrimestre

Lugar: Comitán de Domínguez, Chiapas

Fecha: 01 de octubre del 2024

Índice

Introducción

1

Origen de la conducta humana

2

Variables independiente en salud

3

Variables ambientales como
condicionantes de la salud

4

Modelos de relación entre personalidad
y salud

5

Factores emocionales

6

Conclusión

7



Introducción

Todos se preguntan ¿por qué la psicología es importa en la salud? la psicología juega un papel muy importante por el motivo de que algunos no soy dolores físicos sino mentales eso hace que la salud se vaya afectando poco a poco al igual nos apoyamos en la psicología para poder analizar los procesos que se van desarrollando de acuerpo a la capacidad del humano.

En este trabajo daremos a conocer la importancia de la psicología en la salud basándonos con la ayuda de los mapas conceptuales que se darán a conocer a continuación, desde su origen hasta los factores emocionales, para poder comprender mas sobre estos temas y poder tener conocimientos para poder ayudar al paciente o la persona.

ORÍGENES DE LA CONDUCTA HUMANA

¿QUE ES?

Es el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad.

PRIMER DESCUBRIMIENTO

Los Homo sapiens que hace más de 70.000 años se pasó horas y horas en una enorme cueva, tallando una pequeña piedra de menos de 80 milímetros de largo sin siquiera imaginarlo, una huella innegable de que efectivamente ella o él pertenecían ya a una especie distinta

INICIO DE LA CONDUCTA

Es la forma de ser del individuo y el conjunto de acciones que efectúa con el fin de adecuarse a un ambiente. Es la respuesta a una motivación, para impulsar a un individuo a realizar una conducta.

QUE ESTUDIA

El estudio de la conducta indaga la evolución de ciertas etapas formativas en el individuo, como la infancia o adolescencia, y va unido al estudio del desarrollo físico desde el nacimiento hasta la muerte.

COMO SE PRESENTABA

se entienden muchas representaciones artísticas más antiguas, que fueron encontradas en Francia, en las cuevas de Chauvet-Pont-d'Arc y Lascaux, cuyas edades se calculan en 31 000 y 17 000 años, respectivamente.

COMPORTAMIENTO MODERNO

se encarga de recopilar hechos sobre la conducta y la experiencia humana, organizarlos sistemáticamente y elaborar teorías para comprenderlos.

TEORIA

PRIMERA

La primera teoría que el origen del ser humano se dio en África hace más de 100.000 años, pero el comportamiento moderno se generó en Europa hace aproximadamente 40.000 de una manera más abrupta.

SEGUNDA

La segunda sostiene con la idea de un origen biológico africano, pero afirma que el comportamiento moderno también surgió en África mucho más tarde.

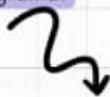


VARIABLES INDEPENDIENTES EN SALUD



VARIABLES

Son elementos de datos que pueden cambiar de valor durante la ejecución de un programa.



SITUACIONES

Tales como el apoyo social que se recibe de otros, modelos sociales a los cuales el individuo está expuesto, evaluaciones externas, etc., son factores que ayudan a acrecentar o suprimir conductas saludables.

CONSECUENCIAS

Tales como creencias, percepciones, expectativas, motivaciones, etc., que, en última instancia, son las que juegan el papel decisivo en la adopción y mantenimiento de pautas saludables.

PERSONALES



Las consecuencias anticipadas de las conductas saludables con relación a los costos y beneficios percibidos también son elementos importantes, diferentes de las contingencias de refuerzo o castigo del momento presente (Carlson, Harrigan y Seeley, 1997).

¿QUE SON?

Son aquellas que no dependen de otras variables y que el investigador puede cambiar.



La percepción subjetiva respecto de la probabilidad de padecer ciertos síntomas o una determinada enfermedad (grado de vulnerabilidad percibida) incide en las conductas saludables a adoptar y mantener.



CAUSAS

Si el individuo percibe que el costo del cambio de conductas es muy alto y el beneficio a corto y/o largo plazos es escaso, la modificación de sus pautas de comportamiento será temporal; el cambio no se estabilizará en el tiempo.



Factores emocionales y cognitivos pueden determinar conductas saludables o depredatorias. Un alto grado de estrés emocional puede paralizar la iniciativa de la persona para llevar a cabo comportamientos convenientes.



EJEMPLOS

Pedro fuma una caja de cigarrillos al día y aun no percibe síntomas limitantes; su vida es sedentaria y sin mayores exigencias físicas. Ante situaciones de estrés cotidiano, incrementa el consumo de cigarrillos porque siente que ese comportamiento "lo tranquiliza".



Variables ambientales como condicionantes de la salud

Problemas

En las sociedades latinoamericanas, un número significativo de enfermedades y muertes es causado por enfermedades infecciosas, por condiciones de vida carentes de higiene, por falta de control de aguas residuales, por alimentos sin control sanitario o por la falta de alimentos, carencia de condiciones laborales aceptables, alto índice de accidentes, diversos tipos de violencia, etcétera.

En los países más avanzados, el desarrollo tecnológico y urbanístico genera problemas cada vez más graves, como los procesos de industrialización, utilización masiva de vehículos a motor, crecimiento urbano, evacuación de residuos industriales no depurados (radiactivos, químicos, etc.).

También lo son los daños provocados por otros agentes físicos, tales como el ruido ambiental, radiaciones electromagnéticas a las que estamos sometidos de forma constante, circunstancias que indican una actuación desfavorable del hombre sobre los ecosistemas en los que se desarrolla su vida.

Tipo de deterioro del ambiente.

Entre los problemas que se agravan y que representan nuevos riesgos para la salud de los seres humanos, afectando su calidad de vida, pueden mencionarse (Soler y Abad o conocido como Rascio).

Soler (2000)

1. Lluvia ácida.
2. Disminución de la capa de ozono
3. Calentamiento global del planeta por gases de efecto invernadero.
4. Destrucción de bosques y recursos genéticos; disminución de la biodiversidad.
5. Desertificación.
6. Cambios climáticos.

Rascio (1996)

1. Explosión demográfica.
2. Polución del aire.
3. Residuos tóxicos.
4. Incendios.
5. Depleción iónica.
6. Enfermedades relacionadas con el ambiente.
7. Deficiente o ausente educación ambiental, simultánea a la patología humana del ecodocio.

Soluciones

Se impone una nueva concepción respecto al llamado —progreso—, al desarrollo tecnológico, es decir, evaluar el efecto que las transformaciones del medio tienen, en el futuro inmediato y mediato, en el bienestar de los individuos.

La crisis ambiental del presente requiere tanto de la educación formal como de la no formal para el desarrollo de una conciencia ambiental. El deterioro del medio en que vivimos es expresión de un déficit ético: refleja una crisis moral.

MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONALIDAD Y SALUD



TEORIAS

- El de creencias sobre la salud (Janz y Becker, 1984).
- El de la teoría de la utilidad subjetiva esperada (Edwards, 1961).
- El de la teoría de la motivación por la protección (Prentice-Dunn y Rogers, 1986).
- El de la teoría de la acción razonada (Ajzen y Fishbein, 1980).

Los primeros están más relacionados con las conductas promotoras de salud y los segundos con las de detección de enfermedades.

MODELOS

- 1) la personalidad induce hiperactividad.
- 2) predisposición conductual.
- 3) la personalidad como determinante de conductas agresivas.

CARACTERISTICAS

Es aquella que se encarga de la inductora de hiperactividad. Ciertas personas, en virtud de su constelación de rasgos, responden de forma aguda y/o crónica, esto es, de forma puntual y/o permanente, con una reactividad fisiológica exagerada a los estresores.

La reactividad conductual está determinada por la evaluación de las situaciones como más estresantes de lo que en realidad son, o bien porque las conductas realizadas por estos individuos producen elevadas respuestas simpáticas o neuroendocrinas.

COMPETITIVIDAD Y HOSTILIDAD

Es un perfil cognitivo que provoca el desarrollo de sentimientos y percepciones de amenaza lo cual, a su vez, provoca un aumento del arousal fisiológico que desencadena respuestas tales como el aumento de la presión sanguínea, de la tasa cardíaca y de la secreción de catecolaminas (Adn y NorAdn) con el consiguiente efecto nocivo sobre arterias y vasos sanguíneos.

La hostilidad es el elemento tóxico del patrón de conducta tipo A puesto que es dicha característica la que genera sentimientos de ira los cuales, a su vez, están asociados con un aumento del sistema nervioso simpático, responsable de la depresión diastólica.

FACTORES EMOCIONALES

QUE ES

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes, son aquellas situaciones relevantes que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad... y nos preparan para poder dar una respuesta adaptativa a esa situación.

TIPO DE ESTIMULOS

A lo largo de nuestra evolución como especie, gracias a las emociones hemos podido responder rápidamente ante aquellos estímulos que amenazaban nuestro bienestar físico o psicológico, garantizando nuestra supervivencia basándonos a dos estímulos más importantes.

SÍNDROME IRA-HOSTILIDAD-AGRESIÓN.

Consiste en un patrón de comportamiento que se caracteriza por estar a la defensiva, esperar lo peor de los demás y tener una alta competitividad.

EMOCIONES CON LA SALUD

El miedo-ansiedad, la ira, la tristeza-depresión y el asco son reacciones emocionales básicas que se caracterizan por una experiencia afectiva desagradable o negativa y una alta activación fisiológica.

EFFECTOS EMOCIONALES

Al experimentar ira, tristeza, ansiedad o depresión de manera intensa, tienden a producirse cambios de conducta que hace que abandonemos hábitos saludables como la alimentación equilibrada.

FUNCIÓN SOCIAL

Se encarga de facilitar la interacción social, permitiendo la comunicación de los estados afectivos y promoviendo la conducta pro social.

FUNCIÓN MOTIVACIONAL

Es aquella capacidad de dirigirnos hacia una meta determinada a través de la conducta motivada y poder realizar el trabajo sabiendo que hay una recompensa en la vida.

DESCUBRIMIENTO

Krantz et al hallaron que la alta expresión de la ira se asociaba a la presencia de enfermedad arterial coronaria mientras que los rasgos de ira/hostilidad estaban asociados a un incremento de síntomas, sobre todo dolor torácico no asociado a angina en mujeres sin enfermedad arterial coronaria.

TEORÍA ABIERTA

La Teoría abierta y construida de las emociones positivas (Fredrickson, 1998, 2001), que sostiene que emociones como la alegría, el entusiasmo, la satisfacción, el orgullo, la complacencia... comparten la propiedad de ampliar los repertorios de pensamiento y de acción de las personas.

¿COMO SE CONSIDERAN?

Las emociones se consideran adaptativas ya que dependerán de la evaluación que la persona haga del estímulo, es decir, del significado que le dé a este, y de la respuesta de afrontamiento que genere.

EJEMPLOS

- Estar preparado para pelear todo el tiempo
- Estar enfadado, testarudo, impaciente o impulsivo
- Decir que se tiene ganas de golpear algo o de pegarle a alguien
- Evaluar a las otras personas de forma negativa

Estas emociones ante la alta activación fisiológica que puede estar asociada a un cierto grado de inmunosupresión, lo que nos vuelve más vulnerables al desarrollo de enfermedades infecciosas o de tipo inmunológico.

conclusión

En este trabajo que se dio a conocer anteriormente se pudo observar como la psicología lo ponen en practica en pacientes, al igual los teorías de cada persona o descubrimiento como por ejemplo la piedra que fue elaborado por los homo sapiens para saber que pertenecieron a una especie distinta en esa epoco.

De igual forma se pudo ver los tipos de conducta que tiene el ser humano para poder estar en el ambiente que esta rodeado pero no solo eso también entendimos que mientras mas va pasando el año se van generando nuevas cosas que mas adelante seria una gran aportación para la sociedad.