


**NOMBRE DELA PROFESOR:**  
Luis Eduardo Gordillo Reyes  
**NOMBRE DEL TEMA :**  
FUNDAMENTOS DE  
PSICOLOGÍA Y SALUD  
**PARCIAL: 1 UNIDAD**  
**NOMBRE DE LA ALUMNA:**  
MINERVA HERNÁNDEZ LÓPEZ  
**NOMBRE DE LA MATERIA:**  
PSICOLOGÍA Y SALUD  
**NOMBRE DE LA**  
**LICENCIATURA : ENFERMERÍA**  
**CUATRIMESTRE: 1 ero**



**2 de Octubre 24**  
**COMITAN DE DOMÍNGUEZ**

# \* ORIGEN DE LA CONDUCTA HUMANA

## \* PRIMERA IDEA

La conducta humana constituyen el conjunto de reacciones psíquicas de las personas, permitiendo conservar relaciones con el medio, mantienen el fenómeno de la vida y aseguran su continuidad

## \* SEGUNDA IDEA

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.



La Universidad estatal Stony Brook, de Nueva York, realizó un importante hallazgo de la cueva Blombos, localizada en la punta sur de Sudáfrica, en una región que se encuentra de cara al océano Índico. Se encontraron piezas de hueso tallado, cuya antigüedad se calcula en aproximadamente 70 000 años.

## \* PRIMERA IDEA

La conducta del individuo, cuando se considera en un espacio y un tiempo determinado se conoce como comportamiento. La conducta ha sido centro de estudio de la psicología desde sus inicios de John B. Watson, representante de la psicología de la conducta o conductismo, postulaba que la psicología, en lugar de fundirse en la introspección, debía limitar sus estudios a la observación del individuo.

## \* SEGUNDA IDEA

Por conducta humana se entiende muchas prestaciones artísticas más antiguas, que fueron encontrados en Francia, en las cuevas de Chauvet-Pont-d'Arc y Lascaux, cuyas edades se calculan en 31000 y 17000 años respectivamente.



Más de 8 500 piezas de ocre (un mineral férreo de color rojo o amarillo, que es un óxido de hierro, el cual frecuentemente se encuentra mezclada con arcilla)

## \* PRIMERA IDEA

Existen dos teorías al respecto, la primera señala que el origen del ser humano se dio en África hace más de 130 000 años, pero el comportamiento moderno se generó en Europa hace aproximadamente 40 000 de una manera muy abrupta, algunos piensan que incluso pudo deberse a una mutación genética.

## \* PRIMERA IDEA

La segunda coincide con la idea de un origen biológico africano, pero afirma que el comportamiento moderno también surgió ahí, en épocas mucho más remotas y que fue un proceso gradual. El gran inconveniente para quienes apoyan la segunda teoría ha sido la falta de evidencia arqueológica, pero recientemente un grupo de investigadores y estudiantes, encabezados por Christopher Henshilwood.



Pero son dos los que han logrado revivir el debate sobre el origen del comportamiento humano moderno: dos piezas de ocre rojo, grabadas con cruces geométricas. Según el investigador, las piezas fueron grabadas intencionalmente, y tienen un diseño geométrico y abstracto. En otras palabras, son obras de arte.



# \* VARIABLES INDEPENDIENTES EN LA SALUD

## \* PRIMERA IDEA

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

## \* PRIMERA IDEA

1. Las situacionales, 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.

## \* Ejemplo

Ángel fuma permanentemente en su oficina, a pesar de haber sido operado de un tumor.  
Esta convicción de que "de algo hay que morir" que no tiene ventura abandonando ese hábito porque inevitablemente habrá que morir a terminada la duración de algo, por tanto, no percibe ninguna sanción en su práctica. Esta creencia le ayuda a defender y justificar su conducta actual inductiva.

## \* PRIMERA IDEA

Según el modelo interactivo de conducta saludable de Heiby y Carlson (1986), se pueden distinguir tres tipos de variables independientes:

## \* SEGUNDA IDEA

2. Las personas tales como creencias, percepciones, expectativas, motivaciones, etc, que, en última instancia, con las que juegan el papel decisivo en la adopción y mantenimiento de pautas saludables.

## \* Ejemplo

José, tiene cuarenta y siete años, en el presente, no experimenta señales ni síntomas significativos, pero sabe que ha sufrido de hipertensión; no realiza controles médicos periódicos y su estilo de vida no está acorde con las preocupaciones médicas recibidas.

## \* PRIMERA IDEA

La persona tiene que percibir una relación significativa entre su comportamiento específico y los síntomas que experimenta, reconocer una relación causa- efecto evidente para modificar su conducta patológica y reemplazarla por otros comportamientos más protectores y adaptivos.

## \* TERCERA IDEA

3. 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 (Carlos, Harrigan y Settle, 1997).

## \* Ejemplo

Pedro fuma una caja de cigarrillos al día y aún 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 EN LA SALUD

## \* PRIMERA IDEA

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 falta de alimentos, carencia de condiciones laborales aceptables, alto índice de accidentes, diversos tipos de violencia, etc.

## \* SEGUNDA IDEA

Los seres humanos nos construimos desde la socio ambiental a partir de un mundo de significados compartidos. Necesitamos un medio social y ambiental concreto que nos brinde la posibilidad de desarrollarnos como tales. Si no tomamos conciencia de la importancia de proteger el medio ambiente y solucionar participativamente los problemas que padece, será difícil alcanzar un nivel de vida saludable.

## \* Problemas comunes.

1. Lluvia ácida
2. Disminución de la capa de ozono
3. Calentamiento global del planeta por gases de efecto invernadero
4. Incendios
5. Depresión climática

## \* PRIMERA IDEA

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

## \* SEGUNDA IDEA

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.

## \* Problemas comunes

1. Destrucción de bosques y recursos genéticos; disminución de la biodiversidad
2. Desertificación
3. Cambios climáticos
4. Enfermedades relacionadas con el medio ambiente

## \* PRIMERA IDEA

también 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.

## \* PRIMERA IDEA

Si los individuos tienen educación ambiental es más probable que sus comportamientos sean responsables y cuidadosos con respecto a su entorno. Es fundamental la comunicación entre los habitantes de una zona determinada para tomar conciencia de los problemas comunes, para que conozcan sus propios recursos y capacidades para afrontar los problemas, y planifique lo que quieren lograr. Deberían de dirigirse a toda la población y a los individuos responsables, a su vez de educar y tomar decisiones.

## \* Problemas comunes

- Otros (Rascio, 1996).
1. Explosión demográfica
  2. Polución del aire
  3. Residuos tóxicos
  4. Deficiente o ausente educación ambiental, simultánea a la patología humana del ecocidio.



# \* MODELOS DE RELACIÓN ENTRE PERSONAS Y SALUD

## \* PRIMERA IDEA

Existen varios Modelos explicativos que intentan dar cuenta de las relaciones entre la conducta y salud de los individuos. un primer grupo de Modelos explicativos podríamos caracterizarlos como Cognitivos por la importancia que se le otorga a estos aspectos para fundamentar su enfoque. Dichos Modelos son el de la creencia sobre la salud (Janey y Becker, 1984), el de la teoría de la utilidad subjetiva esperada (Edwards, 1961), el de la teoría de la motivación por la protección (Frederica -Dunn y Rogers, 1961) y el de la teoría de la acción razonada (Ajzen y Fishbein, 1980).

## \* SEGUNDA IDEA

La competitividad y hostilidad que los caracteriza delimita 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 las arterias y vasos sanguíneos.

## \* Ejemplo

Los individuos que presentan este perfil de personalidad caracterizado por una implicación laboral extrema, urgencia de tiempo, impaciente, hostilidad y competitividad, necesitan del éxito y el reconocimiento social de forma constante.

## \* PRIMERA IDEA

- 1) La personalidad induce hiperactividad
- 2) Predisposición Conductual
- 3) La personalidad como determinante de conductas agresivas

## \* SEGUNDA IDEA

Sistema nervioso simpático, responsable de la depresión diastólica. Así en los trabajos realizados por Suls y Rutténhouse (1990) se ha comprobado que los individuos hostiles se caracterizan por presentar conductas de desconfianza e irritabilidad que desencadenan un estado constante de hipervigilancia.

## \* Ejemplo

Este modelo es la relación que se establece entre la activación del sistema nervioso simpático y la depresión del sistema inmunitario, lo que provoca que personas con características de hostilidad tipo A sufran también de enfermedades no vasculares tales como resfriados y gripe.

## \* PRIMERA IDEA

Según los modelos, la reactividad fisiológica 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.

## \* PRIMERA IDEA

En este sentido, Holmes (1980) comprobó en sus trabajos de los ochenta que las diferencias en la presión sistólica entre personas con estos patrones, un variante del modelo sostiene que ciertas disposiciones crean, de forma crónica elevados niveles de arousal fisiológico, el cual causa alteraciones en el cuerpo que, a su vez, desencadenan trastornos fisiológicos.

## \* Ejemplo

Ello altera la función neural o la resistencia vascular que, a su vez, provoca una elevación de la presión sanguínea y produce lo que conocemos como hipertensión esencial.

# \* FACTORES EMOCIONALES

## \* PRIMERA IDEA

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello. Son de carácter universal, bastante independiente de la cultura.

## \* SEGUNDA IDEA

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. Las tres primeras son las emociones más estudiadas en relación con el proceso salud-enfermedad.



En relación a los trastornos cardiovasculares, varios estudios han mostrado que la depresión es un factor de riesgo significativo de enfermedad coronaria, infarto de miocardio y mortalidad cardíaca y también se ha relacionado con una peor evolución de los pacientes coronarios.

## \* PRIMERA IDEA

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. Además de esta función primordial adaptativa, las emociones cumplen una función social y otra motivacional.

## \* SEGUNDA IDEA

Existen estímulos emocionales objetivamente perturbadores que pueden no dejar secuelas, y al contrario, otros estímulos emocionales aparentemente inocuos pueden llegar a ocasionar un daño más o menos importante.



Otro de los factores asociados a los trastornos cardiovasculares ha sido el síndrome ira- hostilidad-agresión.

## \* PRIMERA IDEA

A través de la primera, facilita la interacción social, permitiendo la comunicación de los estados afectivos y promoviendo la conducta pro social. Y, por otra parte, la emoción es la encargada de energizar una conducta motivada, aquella caracterizada por poseer dirección e intensidad.

## \* PRIMERA IDEA

Las reacciones emocionales prolongadas en el tiempo mantienen niveles de activación fisiológica intenso que pueden deteriorar nuestra salud si se cronican: la activación del sistema nervioso autónomo con elevación de la frecuencia cardíaca, hipertensión arterial, aumento de la tensión muscular, disfunción central de la neurotransmisión, activación del eje hipotálamico-hipofisario-corticosuprarrenal.



A la presencia de enfermedad arterial coronaria mientras que los rasgos de ira/hostilidad estaban asociados a un incremento de síntomas.