



ESQUEMAS

Alumn@: Anayeli del Carmen
Hernández Hernández

Tema: Fundamentos de la
psicología de la salud

Parcial: 1 parcial

Materia: Psicología y salud

Profes@r: Luis Eduardo
Gordillo Reyes

Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 1 cuatrimestre

Comitan de Domínguez
30/09/2024

Introducción

La Psicología de la Salud es la rama de la psicología que se ocupa del estudio de los factores psicológicos que influyen en la salud y la enfermedad, así como del desarrollo de estrategias para promover la salud y prevenir la enfermedad también establecer un estilo de vida más saludable

INDICE

Orígenes de la Conducta Humana.....	4
Variables independientes en la salud.....	5
Variables ambientales como condicionamiento en la salud	6
Modelos de relacion entre persona y salud	7
Factores emocionales.....	8
Conclusión.....	9

ORIGEN DE LA CONDUCTA HUMANA

Se origina de una combinación de factores

El origen del ser humano

Conducta humana

Aquí surgió el origen biológico

Se dió en África hace 130000 años

Piensen que puede deberse a una mutación genética

Conjunto de reacciones psíquicas de personas manteniendo el fenómeno de la vida

Asegurando su

Continuidad

El comportamiento moderno fue un proceso gradual

Es la forma del ser individuo de adecuarse a un ambiente

La motivación es el impulso a realizar la conducta indaga la evaluación las etapas humanas

Desde el nacimiento hasta la muerte

VARIABLES INDEPENDIENTES DE LA SALUD

PERSONALES

Son los que juegan el papel decisivo para mantener una relación significativo entre su comportamiento y los síntomas que experimenta debe reconocer una relación causa -efecto

En la adaptación y mantenimiento de pautas saludables como

- Creencias
- Percepcion
- Expectativas
- Motivacion

CONSECUENCIAS

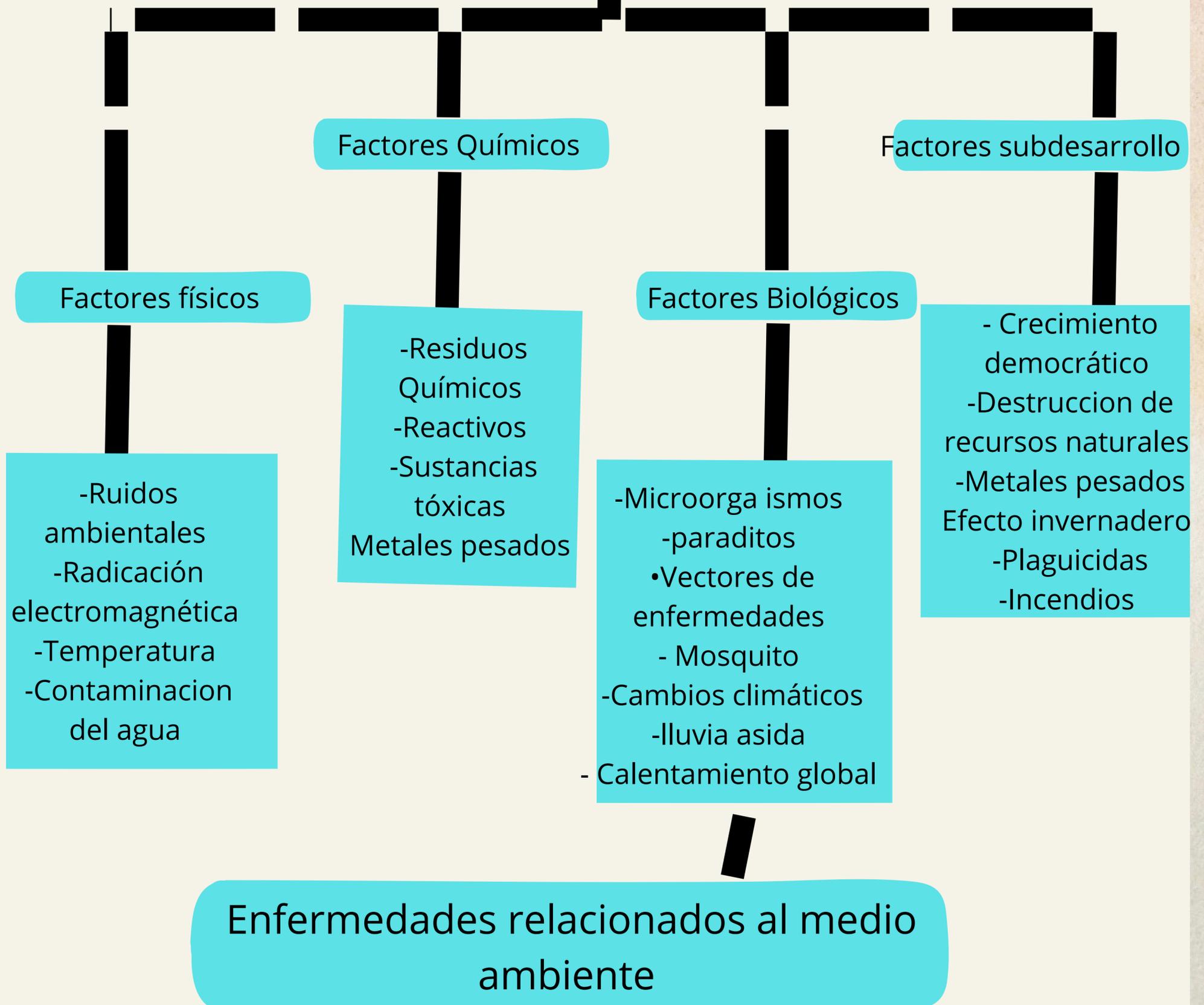
probabilidad de padecer ciertos síntomas o una determinada enfermedad (grado de vulnerabilidad percibida) incide en las conductas saludables a adoptar y mantener. También, la percepción anticipada que el individuo tenga acerca de las consecuencias positivas (o refuerzo) a experimentar como resultado de sus prácticas saludables, constituye un importante regulador de sus elecciones presentes.

SITUACIONALES

Apoyo social que se recibe de otro es un modelo social done el individuo está expuesto a evoluciones externos también ayuda a acreditar y suprimir conductas saludables del individuo

Variables ambientales como condicionamiento de la salud

Son factores que incluyen en el desarrollo ambiental en un específico



Modelos de relación entre personalidad y salud

Son representaciones simples que ayudan a entender la relación entre estos dos

Reactividad fisiológica

Reacción que se produce ante el estrés

Se caracteriza por el incremento en intensidad y frecuencia, en relación con los componentes autonómicos, endocrinos e inmunología

Hiperactividad fisiológica

Es una combinación de factores, como la genética y el entorno

Se caracteriza por una implicación laboral extrema, urgencia de tiempo, impaciente, hostilidad y competitivo

Transaccionales

estos se considera que la personalidad puede cambiar en función del contexto en el que encuentra la persona

FACTORES EMOCIONALES

Son reacciones psicofisiológicas que todos experimentamos a diario aunque no siempre seamos conscientes de ello

Emociones positivas

Alegria, gratitud y
optimismo

Emociones negativas

- Miedo-ansiedad
- Ira
- Tristeza-
depresión
asco

Son las 3 emociones estudiadas en relación con el proceso salud - enfermedad

Consecuencias de los factores emocionales

Trastorno de la salud, física y mental

- Activación del sistema nervioso cardíaca
- Hipertensión arterial
- Aumento de función muscular
- Disfunción central de los neurotransmisores

CONCLUSIÓN

En conclusión la psicóloga de la salud interrelaciona con diferentes áreas y factores que engloban un proceso de salud-enfermedad ya que es una herramienta necesaria que marca un antes o un comienzo y un después de como procede o realiza las investigaciones de cada factor visto mediante el proceso de escritura , brinda bienestar físico, mental y social. También es considerado necesario para modificar los factores de riesgo para la salud teniendo en cuenta analizar, observar , prevenir y solucionar problemas físicos , mentales y sociales de un individuo.