

**Nombre Del Alumno: Diego
Ángel López Diaz**

Nombre Del Tema: Infografías

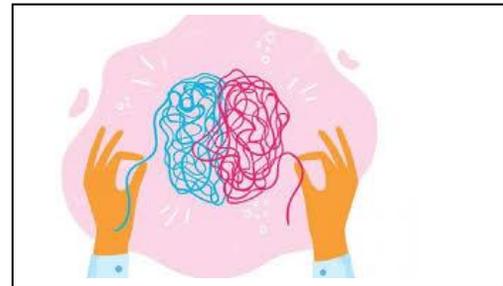
Parcial: 1 Parcial

Nombre De La Materia:
psicología y Salud

Nombre Del Profesor: Luis
Eduardo Gordillo Reyes

Nombre De La Licenciatura:
Lic. Enfermería

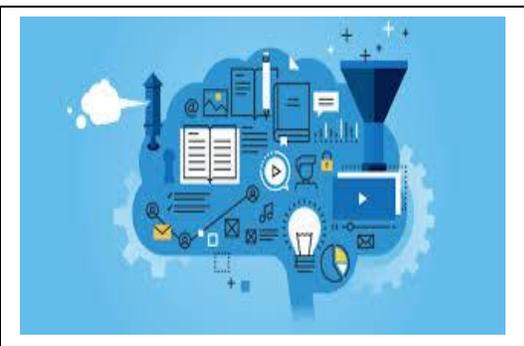
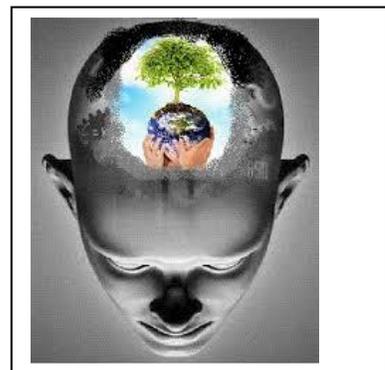
Cuatrimestre: 1 cuatrimestre



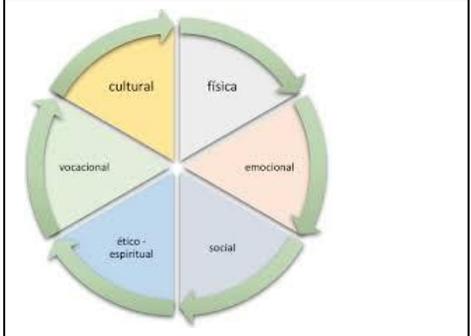
En este estudio se buscan las variables físicas y psicológicas que mejor predicen el rendimiento deportivo en jugadores de balonmano, antes y después de un entrenamiento psicológico.

Variables físicas
Variables psicológicas

Las variables psicológicas son procesos difíciles de estudiar y categorizar por las propiedades que las caracterizan.

En los últimos tiempos los grandes cambios sociales, culturales y la globalización han llevado a una mayor diversidad cultural. En este sentido las disciplinas de la salud se han preocupado por contar con herramientas que les permitan abarcar la creciente demanda de servicios por parte de los distintos grupos culturales. Al respecto, el campo de la psicoterapia ha ido en la misma dirección,



Variables espirituales y sociables
Estilos de vida saludable



Te enseñamos a tener un estilo de vida saludable; encuentra más información en este Aikido y Doktuz.com. ¿Qué son estilos de vida saludables? Los estilos de vida saludable hacen referencia a un conjunto de comportamientos o actitudes cotidianas que realizan las personas, para mantener su cuerpo y mente de una manera adecuada.



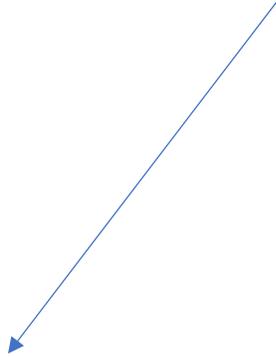
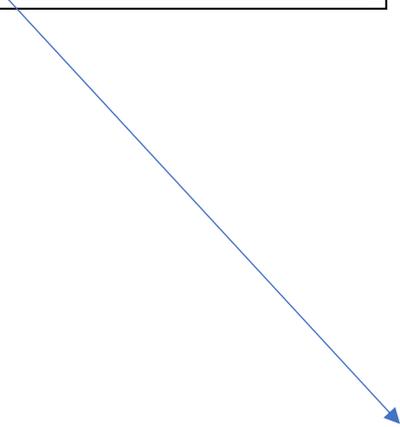
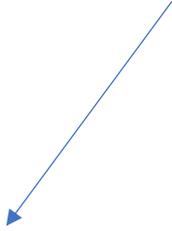


Estrategias de mejoramiento de la calidad de vida

La mejora de la calidad de vida: el gran reto de nuestro tiempo para el sector sanitario, pero también para el laboral. Porque la calidad de vida en el trabajo, al igual que la satisfacción laboral, está vinculada, más de lo que creíamos, a la calidad de vida fuera de él.



Promoción de estilos de vida saludables.



La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud hace referencia a un estilo de vida saludable, que incluye la alimentación, el ejercicio físico, la prevención de la salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social. Desde el área de nutrición de FIAB hemos desarrollado materiales, tanto en el ámbito de la nutrición, como de la actividad física para contribuir al bienestar de las personas.