



## MAPA CONCEPTUAL

**Emily Jazmín Méndez Ocaña**

**“Psicología psicosomática”**

**Parcial No. I**

**Psicología médica**

**Psc. Claudia Elizabeth Pérez Bolom**

**Medicina Humana**

*San Cristóbal de las casas, Chiapas a septiembre de 2025.*

# Psicología Psicosomática

## ¿Qué es?

Trastorno psicológico que se origina en la mente y se manifiesta en el cuerpo y que hace que se produzcan afecciones en el organismo.

### Antecedentes históricos

- Inicio del siglo XX
- Franz alexander notó como el estrés puede afectar a la salud.
- Hipócrates decía que la salud dependía del equilibrio mental.

### Factores que influyen

Emociones no positivas afectan como lo son:

- Estrés
- Ansiedad
- Depresión

### Patologías

- Dolor lumbar, muscular
- Trastornos gastrointestinales (como la colitis, úlceras gástricas, etc)
- Trastornos cardiovasculares (hipertensión)
- Migraña
- Trastornos respiratorios

### Aplicación médica

- **MANEJO AL ESTRÉS:** Técnicas de relajación.
- **TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL:** se trabaja en la gestión de emociones como la ira, tristeza, miedo.
- **EXPRESIÓN EMOCIONAL:** El individuo expresa sus sentimientos de manera que se procesen.

# BIBLIOGRAFÍA

- Psiconetwork. (2025, 10 de septiembre). Psicología psicosomática: La interconexión entre mente y cuerpo. Psiconetwork. Recuperado el 11 de septiembre de 2025, de <https://www.psiconetwork.com/psicologia-psicosomatica-la-interconexion-entre-mente-y-cuerpo/>
- Top Doctors. (2025, 11 de septiembre). Trastorno psicosomático: qué es, síntomas y tratamiento. Top Doctors. <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/trastorno-psicosomatico/>