



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/>