



## Super Nota

Nombre del alumno:

Ángel Alexis Hernández Jiménez

Nombre del tema:

1.4 Variables Independientes de la  
Salud

Parcial:

1

Nombre de la materia:

Psicología y salud

Nombre del profesor:

Mtra. Georgina Gómez Manuel

Licenciatura:

Enfermería

Cuatrimestre:

1

# 1.4 VARIABLES INDEPENDIENTES EN SALUD

EXISTEN 3 TIPOS:



•SITUACIONALES

APOYO SOCIAL, MODELOS SOCIALES, EVALUACIONES EXTERNAS → PUEDEN ESTIMULAR O INHIBIR CONDUCTAS SALUDABLES.

•PERSONALES:

CREENCIAS, PERCEPCIONES, EXPECTATIVAS, MOTIVACIONES → DECISIVAS EN LA ADOPCIÓN Y MANTENIMIENTO DE PAUTAS SALUDABLES.



•CONSECUENCIAS ANTICIPADAS:

COSTOS Y BENEFICIOS PERCIBIDOS A FUTURO → DISTINTOS AL REFUERZO O CASTIGO INMEDIATO.

-PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE VULNERABILIDAD:

•INFLUYE EN LA ADOPCIÓN DE CONDUCTAS SALUDABLES.



•LA ANTICIPACIÓN DE CONSECUENCIAS POSITIVAS REFUERZA DECISIONES PROTECTORAS.



EJEMPLO:  
ÁNGEL FUMA PESE A HABER TENIDO UN TUMOR CEREBRAL → SU CREENCIA ("DE ALGO HAY QUE MORIR") JUSTIFICA CONDUCTA AUTODESTRUCTIVA.



## 1.4 FACTORES QUE DETERMINAN EL CAMBIO O PERMANENCIA DE CONDUCTAS

-PARA MODIFICAR CONDUCTAS PATOGÉNICAS, LA PERSONA DEBE:

RECONOCER RELACIÓN CAUSA-EFECTO ENTRE SU COMPORTAMIENTO Y SINTOMAS.



PERCIBIR UN RIESGO REAL Y UN BENEFICIO CLARO DEL CAMBIO.



EJEMPLOS:

•PEDRO FUMA MUCHO PERO NO SIENTE SÍNTOMAS → NO PERCIBE RIESGO.

•JOSÉ CON HIPERTENSIÓN IGNORA INDICACIONES MÉDICAS → MINIMIZA EL PELIGRO.



SISTEMA DE CREENCIAS



COSTO-BENEFICIO PERCIBIDO

FACTORES INFLUYENTES

ESTRÉS ALTO



DISTRÉS EMOCIONAL

