



- 
- Materia: desarrollo humano
 - Carrera: Enfermería
 - Semestre/ cuatrimestre: 6°B
 - Alumna: Mara del Rocío
Gómez López

Diferencia entre
emoción y
sentimiento.



Sentimiento y emoción pueden parecer el mismo concepto, pero en realidad son palabras diferentes.

Una **emoción** es una reacción compleja del cerebro ante un estímulo externo (algo que veo, u oigo) o interno. (pensamiento, recuerdo, imagen interna).



Las emociones son energía que se mueve a través de nuestro cuerpo y que sólo se estanca si las reprimimos. Las emociones, por tanto, nos impulsan hacia la acción, son más intensas y duran menos tiempo que los sentimientos.

Algunos ejemplos de sentimientos son el amor, los celos, el sufrimiento o el dolor, el rencor, la felicidad, la compasión.



Los sentimientos suelen durar más tiempo que las emociones. Estos últimos durarán el tiempo que pensemos en ellos. Los sentimientos se dan después de las emociones, no hay sentimiento sin emoción.

El **sentimiento** interviene además de la reacción fisiológica un componente cognitivo y subjetivo. Un sentimiento, por tanto, se da cuando etiquetamos la emoción y emitimos un juicio acerca de ella.



Emociones hay muchas, pero hay unas primarias o básicas que son: La emoción de Tristeza-La emoción de Alegría-La emoción del Enfado-La emoción de Miedo.