



Nombre de la alumna:

Daniela Calderón Sánchez

Licenciatura:

Nutrición

Nombre del maestro:

Castillo Moreno Luz María

Materia:

Desarrollo humano

Cuatrimestre:

Sexto cuatrimestre

Actividad:

Súper nota

Manejo de sentimientos y emociones.

Sentimientos

Son reacciones espontaneas que surgen de nuestro interior, ante una persona, lugar o situación.

LAS EMOCIONES MAS COMUNES

- ✓ LA FELICIDAD O ALEGRIA
- ✓ LA TRISTEZA
- ✓ EL TEMOR O MIEDO
- ✓ EL RECHAZO
- ✓ LA INDIGNACION
- ✓ EL ENOJO



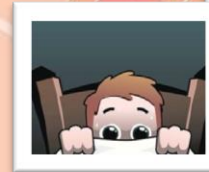
¿Es lo mismo emoción que sentimiento?

Emoción es una respuesta que da el cuerpo ante un estímulo determinado, mediante un proceso biológico complejo. El sentimiento es una respuesta del cuerpo elaborada mentalmente, a partir de la relación con la emoción.



Emoción

Emoción se refiere a los sentimientos que cuando se presentan rápidamente el ser humano puede expresarlas físicamente.



(Sentir sensaciones como mariposas en el estómago, a través de demostraciones como abrazar a un amigo, llorar de felicidad, sudar, sonrojarse) es emoción.

¿Cuántas emociones y sentimientos existen?

IZARD	EKMAN
Interés	Tristeza
Alegría	Alegría
Sorpresa	Ira
Angustia	Miedo
Ira	Asco
Asco	Rabia
Desprecio	
Vergüenza	
Culpa	
Miedo	

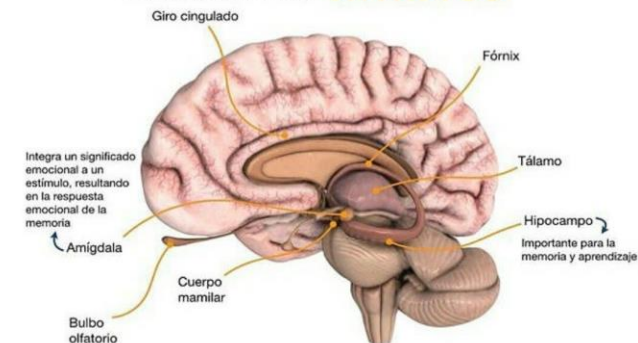
Función de emoción.

Motivacional

Social

Adaptiva

Sistema límbico



El sistema límbico está involucrado en las emociones, memoria, atención, alimentación y comportamiento sexual. El circuito de Papez simplifica el rol del sistema límbico en la modulación de emociones como miedo, ansiedad, tristeza, felicidad, placer sexual y confianza/intimidad

Tip: El daño bilateral a los lóbulos temporales mediales, incluyendo el hipocampo resulta en **amnesia anterógrada**

