Psicología medica

Entrevista

ALUMNA: OLGA MARIA MARTINEZ ALBORES.

LIC. SARABIA GONZALES LOURDES JAZMÍN.

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS.

|  |  |
| --- | --- |
| **Persona 1**  **1.¿que es la salud mental?** Es una persona sana mentalmente y cuerda en sus habilidades entorno a la vida cotidiana.  **2.¿como podemos tener salud mental?** Evitando el estrés, haciendo actividad física y priorizar las cosas.  **3.¿que estigmas conoces sobre la salud mental**? Por lo regular se desarrollan por experiencias traumáticas de la infancia u esquizofrenia.  **4.¿crees que es importante la salud mental?** si  **5.¿porque es importante?** Porque tienes estabilidad emocional. | |
|  | Persona 2  **1.¿que es la salud mental?** es cuando tienes un equilibrio entre mente y emociones.  **2.¿como podemos tener salud mental?** llendo al psicólogo y tener un balance en la vida diaria.  **3.¿que estigmas conoces sobre la salud mental?** Alzheimer  **4.¿crees que es importante la salud mental?** si  5**.¿porque es importante?** Para tener una vida saludable.  Persona 3  1**.¿que es la salud mental?** es pensar y actuar sanamente  **2.¿como podemos tener salud mental?** teniendo una guía espiritual y desarrollándose como persona, además de tener un equilibrio emocional estable.  **3.¿que estigmas conoces sobre la salud mental?** depresión y el estrés.  4**.¿crees que es importante la salud mental?** si  **5.¿porque es importante?** “Mente sana es cuerpo sano”.  Persona 4  **1.¿que es la salud mental?** es pensar y sentirse bien.  **2.¿como podemos tener salud mental?** llevando una vida sana, cómoda y tranquila.  **3.¿que estigmas conoces sobre la salud mental?** esquizofrenia  **4.¿crees que es importante la salud mental?** si  5.¿porque es importante? Si tienes salud mental tendrás un buen equilibrio.    Persona 5  **1.¿que es la salud mental?** es tener una mente limpia y sin trastornos.  **2.¿como podemos tener salud mental?** haciendo ejercicio y comiendo sano.  **3.¿que estigmas conoces sobre la salud mental?** esquizofrenia  **4.¿crees que es importante la salud mental?** si  **5.¿porque es importante?** No puedes tener una vida emocional sana. |