



Nombre del alumno:

Uziel Domínguez Álvarez

Docente:

Dra. Itzel citlalhi Trejo muñoz

Asignatura:

Salud publica

Actividad:

Infografías

Lugar y fecha de elaboración:

Tapachula Chiapas a 24/12/2022

La importancia de la salud mental



¿Qué es la salud mental?

La salud mental incluye el bienestar emocional, psicológico y social de una persona. También determina cómo un ser humano maneja el estrés, se relaciona con otros y toma decisiones.



¿Qué es el estrés?

El estrés prolongado puede aumentar cualquier problema emocional que haya surgido de eventos traumáticos en su pasado, e incrementar pensamientos suicidas.



Tipos de afecciones

1. Ansiedad.
2. Depresión.
3. Trastorno de oposición desafiante.
5. Trastorno de la conducta.
6. Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)
7. Síndrome de Gilles de la Tourette.
8. Trastorno obsesivo-compulsivo.
9. Trastorno por estrés postraumático.



¿Qué es la ansiedad?

Los trastornos de ansiedad con frecuencia van de la mano de la depresión. Las personas con trastornos de ansiedad enfrentan sentimientos intensos e incontrolables de ansiedad, temor, preocupación o pánico.

