



**Wilber Gómez López**

**Lic. Sandy Naxchiely Molina Román**

**Mapa conceptual**

**Psicología médica I**

**Primero” C”**

Comitán de Domínguez Chiapas a 19 de noviembre 2022

# El estrés

## Causas

- 1- Diarrea o estreñimiento
- 2- Mala memoria
- 3- Dolores y achaques frecuentes
- 4- Dolores de cabeza
- 5- Falta de energía o concentración
- 6- Problemas sexuales
- 7- Cuello o mandíbula rígidos
- 8- Cansancio
- 9- Problemas para dormir o dormir demasiado
- 10- Malestar de estómago
- 11- Uso de alcohol o drogas para relajarse
- 12- Pérdida o aumento de peso

## ¿Qué es?

un sentimiento de tensión física o emocional

Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso

El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda.

## Efectos





## BIBLIOGRAFÍA

Timoneda, F. L. (1995). Definición y clasificación del dolor. *Clínicas urológicas de la Complutense*, (4), 49.

Valdés, M., & De Flores, T. (1985). Psicobiología del estrés. *Barcelona: Martínez Roca*, 2.