



**MAPA CONCEPTUAL**

**NOMBRE DEL ALUMNO:** ALICIA LIZETH PEREZ AGUILAR

**NOMBRE DEL TEMA:** FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

**PARCIAL:** 2°-

**NOMBRE DE LA MATERIA:** PSICOLOGIA Y SALUD

**NOMBRE DEL PROFESOR:** LIC. LUIS ANGEL GALINDO ARGUELLO

**NOMBRE DE LA LICENCIATURA:** ENFERMERIA

**CUATRIMESTRE:** 1°-

## INTRODUCCION

Este trabajo es realizado con la finalidad de entender y comprender como funciona la ansiedad y estrés, también se da mención de la ansiedad y personalidad.

La ansiedad y estrés, es un aporte en la vida del ser humano, se da a entender que es una necesidad para nosotros, lo cual te puede ayudar como también afectar, te ayuda en enfrentar cualquier tipo de situaciones y te afecta en los que te puedes paralizar la oportuna reacción de nervios.

Esto da mención de cómo actúa la persona al padecer o tener este tipo de problema o mención situación.

La ansiedad y personalidad es la consistencia del comportamiento de la persona, del actuar, del expresar de cada persona.

Se da mención del aporte de que nos da Spielberger que el describe que el estado de ansiedad es el estado emocional transitorio, por una percepción de sentimientos de temor y una alta activación del sistema nervioso autónomo.

Lo cual spielberger nos ayuda a entender cómo funciona y se entiende lo que es la ansiedad en la persona.

# FACTORES PSICOLOGICOS DE RIESGO

## ANSIEDAD Y ESTRES

Es

## Ansiedad y personalidad

Se:

Denomina rasgo a la tendencia estable y consistente de comportamiento

¿QUE ES?

Sensación experimentada por todos, en mayor o menor medida



El mecanismo fundamentales la valoración cognitiva de amenazas que realiza la persona acerca de los estímulos

menciona

spielberger

Describe el estado de ansiedad como estado emocional transitorio

Afecta:

Ayuda

internas

externas

Caracterizado:

- Paraliza
- nervios

A enfrentarse a cualquier tipo de situaciones

- ° pensamientos
- ° sentimientos
- ° necesidades biológicas

Estresores

Por la percepción subjetiva del sentimiento del temor y una alta activación del sistema nervioso autónomo

Trastornos:

- aterrorizar
- inmovilización

También

El Trastorno mental es un síndrome o un patrón comportamental o psicológico que aparece asociado a un malestar.

Algunas de sus características

- >Se extiende en el espacio y el tiempo
- >Dificultad de objetivación
- >Afectan a los otros riesgos
- > Dificultad de intervención



## CONCLUSION

Según los resultados de la elaboración de este trabajo se da a entender el funcionamiento de la ansiedad en la persona, como te ayuda y como te afecta.

Se puede entender de mejor forma como se puede saber qué persona puede tener este tipo de problema y poder a contribuir a ayudar a que él pueda expresarse, de la misma manera a enfrentar los nervios que le pueda ocasionar sabiendo que hacer y no poder complicar aún más la situación que pueda enfrentar.

Ya que la ansiedad te ayuda a poder enfrentar cualquier tipo de situación, se puede utilizar como un impulso o valor de afrontar.

Se puede entender mejor todo esto con los aportes que nos da spielberger, de cómo describe la ansiedad, como es que funciona en el cuerpo humano y sobre la emoción de la persona que pueda tener cuando se presenta en niveles moderados, facilitan el rendimiento, incrementa la motivación para actuar, alienta a enfrentarse a una situación amenazadora, sin embargo, cuando alcanza niveles exagerados esta emoción normalmente útil puede dar lugar al resultado opuesto , los trastornos de ansiedad no son solo un caso de “ nervios “ es excesiva y se desborda y hace que el individuo sufra lo que es psicopatología se denomina un trastorno.

## FUENTES BIBLIOGRAFICAS

*Martínez Losa f (2006) universidad de valencia*

*Martínez Losa f (2006) perspectivas de la intervención en riesgos  
(p13 – p14)*

*Martínez Losa f (2006) consultado el 15 de octubre de 2022*

<https://www.insst.es/documents/94886/96076/Factores+y+riesgos+psicosociales%2C+formas%2C+consecuencias%2C+medidas+y+buenas+pr%C3%A1cticas>

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6-LC-LEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

## **BIBLIOGRAFÍA UTILIZADO:**

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6-LC-LEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

<https://www.insst.es/documents/94886/96076/Factores+y+riesgos+psicosociales%2C+formas%2C+consecuencias%2C+medidas+y+buenas+pr%C3%A1cticas>