



Mi Universidad

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: Tania Geraldine Ballinas Valdez

Nombre del tema: FACTORES PSICOLÓGICOS DE RIESGO

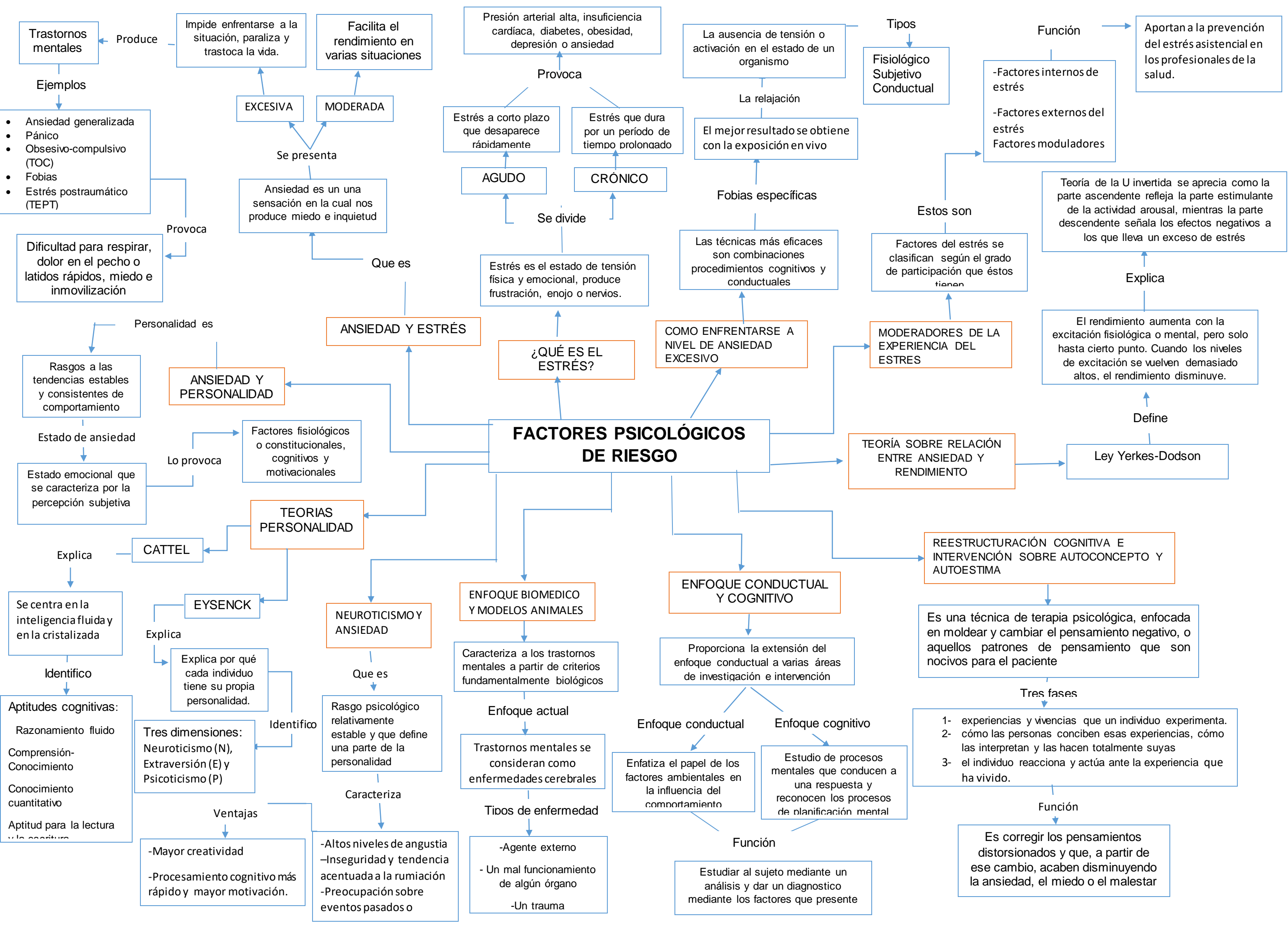
Parcial: 2parcial

Nombre de la Materia: Psicología y Salud I

Nombre del profesor: Luis Angel Galindo Argüello

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: I-A



CONCLUSIÓN

Después de elaborar este trabajo que es sobre un tema extenso, me doy cuenta cómo es que si nuestra salud mental no está bien nuestro cuerpo se ve afectado mediante enfermedades que hacen que no seamos productivos y llevemos una vida muy intranquila.

Todos algunas veces hemos experimentado estrés o ansiedad por alguna trabajo o proyecto y muchas veces esto hace que hasta seamos más rápidos elaborándolos por el mismo miedo de fallar, pero después de entregarlo nos sentimos tranquilos es un ejemplo de como muchas veces se puede manifestar.

Las personas que sufren de ansiedad en niveles muy altos pueden afectar su estado de bienestar o su salud biopsicosocial, en cómo se relaciona con los demás, la forma en que se comporte o los problemas que pueda desarrollar.

Vemos como muchas veces se relaciona la ansiedad con el estrés o la personalidad y que juntas afectan a todo nuestro cuerpo de distintas maneras, provocando el miedo, sensación de fatiga o aceleración de nuestro corazón, haciendo que la persona se sienta que no hay salida.

Son muchas las razones por las cuales se producen estas afecciones, pero depende de cada uno como lo tratemos, si sentimos que es muy avanzado debemos acudir con alguien especialista en estos casos, por ejemplo los psicólogos que se encargan de ayudar a pacientes con enfermedades mentales, muchas personas van para poder superar un problema que le está haciendo que su bienestar este afectado y no pueda vivir con la tranquilidad que desea.

Este tema es muy extenso y conocerlo nos ayuda mucho a nuestra carrera para poder saber por qué hay pacientes con ese tipo de actitudes y como brindarles el apoyo que ellos merecen para poder atenderlos de manera segura.

BIBLIOGRAFIA

- Universidad del Sureste.2022
Antología de Psicología y Salud
- Diapositivas de unidad II Factores Psicológicos de Riesgo
Autor: profesor Luis Angel Galindo Arguello
- Factores de Riesgo Psicosocial
Autores: Sonia Villagrán Rueda, Mónica Adriana Vasconcelos Ramírez y Juan Carlos Espinoza Sandoval
https://www.researchgate.net/publication/358810833_Factores_de_Riesgo_Psicosocial
- <https://magazine.medlineplus.gov/es/art%C3%ADculo/cinco-tipos-comunes-de-trastornos-de-ansiedad>
- <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ansiedad#:~:text=La%20ansiedad%20es%20una%20emoci%C3%B3n,un%20peligro%20externo%20o%20interno.>
- http://www.psiqune.net/apuntes/3tercero/Nuevo_05/PPersonalidad%20C_4%C2%BA.pdf