



*Nombre del Alumno: Abigail Villafranca Aguilar.*

*Nombre del tema: Personalidad saludable y amor.*

*Parcial: 4*

*Nombre de la Materia: Desarrollo humano.*

*Nombre del profesor: Ana Laura Culebro Torres.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 6*

Personalidad  
saludable y amor

Personalidad  
saludable a las  
diferentes áreas de  
la persona.

Personalidad  
saludable

Personalidad poco  
saludable

La personalidad se  
crea a partir de 5  
pilares.  
Extraversión,  
apertura a la  
experiencia,  
amabilidad,  
consistencia y  
neuroticismo.

Cada uno de estos  
rasgos tiene un  
número de sub-  
características que  
definen la forma de  
ser de cada  
individuo.

- Apertura a sentimientos
- Bajos niveles de hostilidad agresiva
- Mucha calidez
- Emociones positivas
- Capacidad de ser directos

Tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable, fue asociada con una personalidad poco saludable.

Personalidad  
saludable y amor

Amor

Es un impulso y una  
motivación más que una  
emoción.

Nos hace sentir que estamos en lo  
más alto, pero también llevarnos a  
la autodestrucción si no sabemos  
gestionar correctamente el  
desamor.

Amor romántico

Es un fuerte sentimiento que dirige  
todos nuestros sentidos y nos hace  
estar con la persona amada.

La complejidad del amor  
no se limita a estas 2  
áreas del cerebro.

Se activan hasta 12 áreas del  
cerebro que trabajan  
conjuntamente para liberar las  
sustancias químicas, como a  
dopamina, oxitocina, vasopresina  
noradrenalina y serotonina.

¿Qué modifica el amor?

Modifica nuestro cerebro e induce  
a cambios en nuestro SNC y  
produce una sensación de euforia.

John Gottman

3 fases del amor romántico:  
limerencia (enamoramiento, amor  
romántico (construcción de lazos  
afectivos) y amor maduro.