



Nombre del Alumno: José Miguel Reyes Villegas

Nombre del tema: imagen y desarrollo de sus componentes

Parcial: 1

Nombre de la Materia: proyección profesional

Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez González

Nombre de la Licenciatura enfermería

Cuatrimestre 8

Pichucalco, Chiapas a 18 de enero del 2024

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

Se compone en

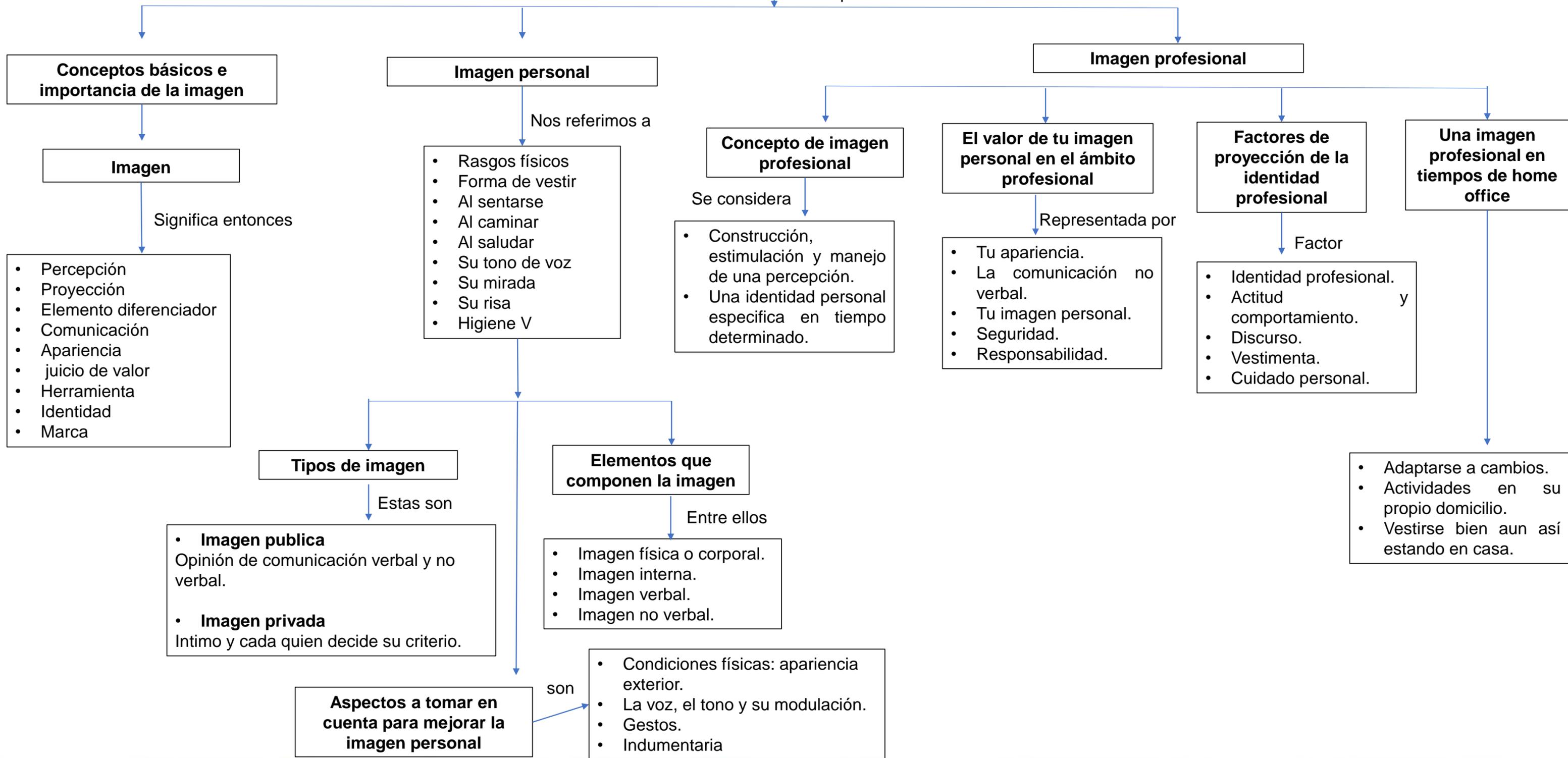


IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

Buena postura

¿Qué es?

- Es una parte importante a la salud a largo plazo.
- Es como mantiene y sostiene el cuerpo.

Tipos de postura

Estas son:

Postura dinámica
Como se sostiene al moverse, caminando, corriendo etc.

Postura estática
Como se mantiene cuando no está en movimiento, sentado, de pie o durmiendo.

Como afecta mi salud

puede:

- Desalinear su sistema musculoesquelético.
- Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones.
- Causar dolor en el cuello, hombros y espalda.
- Disminuir su flexibilidad.

La imagen corporal

Se relaciona con

- Estilos institucionales y personales.
- Con las reglas de mostración.
- Emociones.
- Conducta.

El lenguaje corporal

incluye

- Voz.
- Habla.
- Expresión facial.
- Contacto visual.
- Movimientos corporales.

Imagen ideal vs imagen proyectada

- Cambio físico-psicológico.
- Imagen interna.
- Imagen espiritual e intelectual.

Imagen ideal

Es una

Proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.

Imagen proyectada

Representa

Lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes.

Referencia bibliográfica

Universidad Del Sureste, [UDS], (2024) Antología proyección profesional
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/1bbc529cd39a8a52d205617a116bb9da.pdf>