



ALUMNO:

Suemi Monserrat Gasca Ramírez

MATERIA:

Computación II

Lic. Administración y Estrategia de Empresas

2do Cuatrimestre

Evaluación

DOCENTE:

Manuel Alejandro Reyes

Indice

1. Tipos de personalidades	3 - 4
2. Alimentos chatarra y sus riesgos	5 - 6
3. Las bacterias	7 - 8
4. Enfermedades mentales	9 - 10

TIPOS DE PERSONALIDADES

El estudio de la personalidad establece relaciones entre nuestra manera de entender y relacionarnos con nuestro entorno y conductas. Esto ayuda a realizar predicciones de comportamiento bastante próximas a la realidad.

Las personalidades se agrupan en 5 vertientes principales: **la psicoanalítica, la conductista, la cognitivista, la humanista y la biopsicológica.**

Existen cinco dimensiones básicas de la personalidad. Se basan en el modelo del Big Five o Cinco Grandes.

- 1. Neuroticismo:** susceptible / nervioso vs. resistente / seguro.
- 2. Extraversión:** sociable / enérgico vs. solitario / reservado.
- 3. Apertura a la experiencia:** inventivo / curioso vs. consistente / cauteloso.
- 4. Amabilidad:** amigable / compasivo vs. desafiante / racional.
- 5. Responsabilidad/Escrupulosidad:** eficiente / organizado vs. extravagante / descuidado.



ESTJ. Personas "controladoras" que necesitan ser conscientes de todo lo que sucede a su alrededor. Necesitan que las cosas funcionen como creen que deben funcionar.

ESTP. Las personas que pertenecen a esta categoría son activas, alegres y espontáneas. Suelen ejercer control sobre los demás, a través de su capacidad de observación y carisma.

ESFJ. Se vuelcan en la atención de las necesidades de los demás. Sobre todo en el caso de personas allegadas.

ESFP. Alegres y espontáneas, que disfrutan entreteniéndose y entreteniendo a los demás. La diversión es uno de los pilares más importantes de sus vidas, y son de trato cercano.

ISTJ. Un tipo de personalidad definido por su fuerte sentido de la moralidad y del deber.

ISTP. Son personas reservadas, orientadas a la acción y a las soluciones prácticas ante problemas diarios.

ISFJ. Son personas definidas principalmente por sus ganas de proteger y ayudar a los demás y resultar confiables para los otros.

ISFP. Individuos que viven en el aquí y el ahora. Están en constante búsqueda de la novedad y de las situaciones sensorialmente estimulantes.

ENTJ. Este tipo está relacionado con el liderazgo y la asertividad.

ENTP. Personas especialmente movidas por la curiosidad y por los retos que, para ser resueltos, requieren afrontar preguntas intelectualmente estimulantes.

ENFJ. Quienes aprenden constantemente acerca de todos los ámbitos del conocimiento, y ayudan a aprender a las demás.

ENFP. Propensión al pensamiento creativo, las artes y la sociabilidad.

INTJ. Orientados hacia la resolución de problemas específicos a partir del razonamiento analítico.

INTP. Tienen gran propensión a la reflexión, dan más valor a lo exacto en términos teóricos que el pragmatismo y la resolución de problemas concretos.

INFJ. Personas muy sensibles, reservadas y movidas por unos ideales muy definidos, y que sienten la necesidad de hacer que los demás sigan estos ideales.

INFP. Muestran una sensibilidad estética y artística que les vuelve creativos. Tienen tendencia a ayudar a los demás.

ALIMENTOS CHATARRA

► Por diversas razones, las personas **somos cada vez más propensas a elegir una pizza** o un donut en lugar de un plato tradicional mucho más nutritivo y saludable. ¿Te has preguntado por qué?

La **comida chatarra** produce una sensación de bienestar y saciedad debido a que estimula la producción de dopamina. Este es un **neurotransmisor que produce placer**, relajación y bienestar. Por esta razón, a menudo las personas se inclinan a consumir comida chatarra cuando sienten ansiedad o estrés.

Se ha relacionado el estrés con una dieta pobre. Las personas tienden a comer en exceso alimentos altos en grasa, azúcar y calorías en circunstancias estresantes.

Problemas psicológicos.

Comer demasiados azúcares, saborizantes y grasas pueden detonar déficit de atención, ansiedad, individualismo, falta de comunicación y frustración en los niños.

RIESGOS DE EXCEDERSE CON LAS COMIDA CHATARRA



Problemas psicológicos.

Comer demasiados azúcares, saborizantes y grasas pueden detonar déficit de atención, ansiedad, individualismo, falta de comunicación y frustración en los niños.



Envejecimiento prematuro.

El consumo de comida chatarra corresponde a una de las principales causas de envejecimiento prematuro, debido a que tu piel no se oxigena correctamente a consecuencia de la saturación de grasas y sabores artificiales.



Enfermedades coronarias.

Consumir al menos una vez a la semana comida chatarra aumenta hasta en un 20% el riesgo de padecer alguna de estas enfermedades.

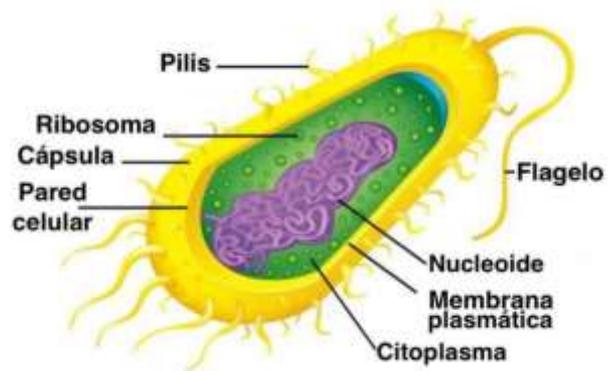


Tristeza extrema.

Las personas que tienen como hábito consumir comida chatarra tienen 51% más probabilidades de desarrollar depresión.

LAS BACTERIAS

Las bacterias son microorganismos procariotas, es decir, organismos unicelulares de pocos micrómetros de tamaño. Según su forma se pueden distinguir diferentes tipos de bacterias (cocos, bacilos, vibrios o vibriones, espirilos y espiroquetas).



Poseen una membrana plasmática, compuesta de lípidos y proteínas, que encierra y protege la célula y una pared celular, que constituye la barrera física y mecánica que da forma a la bacteria.

Las bacterias:

Gram negativo presentan en su pared celular endotoxinas, las cuales pueden tener efectos tóxicos en el organismo.
Gram positivo, producen y liberan exotoxinas que están asociadas a enfermedades infecciosas.

Son una de las principales causas de enfermedades, causando infecciones como el carbunco, brucelosis, salmonelosis, listeriosis, tos ferina, enfermedad de Lyme, tuberculosis y tétanos.





Streptococcus pyogenes pertenece a la familia *Streptococcaceae*. Es una bacteria Gram positiva. Es bastante exigente desde el punto de vista nutricional, por lo que se cultiva en medios de agar sangre, en los que crece formando colonias blancas o grises, rodeadas de una zona de hemólisis completa (b) producida por la acción de hemolisinas.

Clostridium botulinum. Es un agente causal del botulismo. Esta bacteria segrega una neurotoxina cuyo crecimiento es conocido en enlatados (las latas hinchadas y que sueltan gas al abrirse son un claro síntoma) y otras conservas de alimentos.

Fuente: <https://concepto.de/bacterias/#ixzz8XKwrhKez>

Clostridium botulinum. Es un agente causal del botulismo. Esta bacteria segrega una neurotoxina cuyo crecimiento es conocido en enlatados (las latas hinchadas y que sueltan gas al abrirse son un claro síntoma) y otras conservas de alimentos.

Fuente: <https://concepto.de/bacterias/#ixzz8XKwrhKez>

ENFERMEDADES MENTALES

Denominada "trastorno de salud mental", se refiere a una amplia gama de afecciones de la salud mental, es decir, trastornos que afectan el estado de ánimo, el pensamiento y el comportamiento. Son ejemplos de enfermedad mental la depresión, los trastornos de ansiedad, los trastornos de la alimentación y los comportamientos adictivos.

Un problema de salud mental se convierte en una enfermedad mental cuando los signos y los síntomas se hacen permanentes, causan estrés y afectan la capacidad de funcionar normalmente.

Puede hacerte sentir muy mal y ocasionar problemas en la vida cotidiana o en las relaciones interpersonales.

En la mayor parte de los casos, los síntomas pueden tratarse con una combinación de medicamentos y terapia de conversación (psicoterapia)



▶ Algunos ejemplos de los signos y síntomas son los siguientes:

- Sentimientos de tristeza o desánimo
- Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración
- Preocupaciones o miedos excesivos o sentimientos intensos de culpa
- Altibajos y cambios radicales de humor
- Alejamiento de las amistades y de las actividades
- Cansancio importante, baja energía y problemas de sueño
- Desconexión de la realidad (delirio), paranoia o alucinaciones
- Incapacidad para afrontar los problemas o el estrés de la vida diaria
- Problemas para comprender y relacionar las situaciones y las personas
- Problemas con el uso de alcohol o drogas
- Cambios importantes en los hábitos alimentarios
- Cambios en el deseo sexual
- Exceso de enojo, hostilidad o violencia
- Pensamiento suicida

