



NOMBRE DEL ALUMNO: Luis Fernando Diaz Abarca.

NOMBRE DEL PROFESOR:

NOMBRE DEL TRABAJO: Evaluación.

MATERIA: Computación II.

GRADO: 2º cuatrimestre.

GRUPO: "A"

INDICE

TIPOS DE PERSONALIDADES	1
TIPOS DE PERSONALIDADES	2
ALIMENTOS CHATARRA	3
ALIMENTOS CHATARRA	4
BACTERIAS	5
BACTERIAS	6
ENFERMEDADES MENTALES	7
ENFERMEDADES MENTALES	8



Personalidad protectora

Introversión, sensación, sentimiento y juicio. Se trata de personas que encuentran la máxima satisfacción personal ayudando a los demás.

Personalidad del ejecutivo

Extroversión, sensación, pensamiento y juicio. Estas son las respuestas a las cuatro preguntas. Se trata de personas a las que les gusta tener siempre el control de las cosas, organizar actividades y dirigir equipos de personas.

Personalidad reservada

Introversión, sensación, pensamiento y percepción. Se trata de personas reservadas pero que tienen el don de analizar perfectamente las situaciones y dar soluciones a los problemas que ellas mismas o su grupo se pueden encontrar.

Personalidad del emprendedor

Extroversión, sensación, pensamiento y percepción. Se trata de personas con tendencia a ser líderes y a demostrar dominio y mucha confianza en ellas mismas, pero sin tener la voluntad tan fuerte de controlarlo y organizarlo perfectamente todo.

Tipos de personalidades

Personalidad moral

Introversión, sensación, pensamiento y juicio. Se trata de personas muy confiables ya que tienen un muy alto sentido de la moralidad, de la ética y del deber.

Personalidad del proveedor

Extroversión, sensación, sentimiento y juicio. Se trata de personas que siempre están dispuestas a ayudar a los demás y que se muestran diplomáticas, evitando los conflictos pero siempre haciendo valer su opinión.

Personalidad del animador

Extroversión, sensación, sentimiento y percepción. Se trata de personas a las que les gusta mucho divertirse pero también hacer reír a los demás, por lo que suelen ser los animadores de cualquier grupo social.





Personalidad de liderazgo

Extroversión, intuición, pensamiento y juicio. Se trata de personas con una gran voluntad, las ideas claras y una mentalidad muy fuerte.

Personalidad tranquila

Introversión, sensación, sentimiento y percepción. Siendo la personalidad de muchos artistas, es aquella en la que la persona suele vivir en su propio mundo y dirigiendo su propio ritmo y estableciendo sus normas.

Tipos de personalidades

Personalidad pensativa

Introversión, intuición, pensamiento y percepción. Las grandes mentes de la historia han tenido esta personalidad.



Personalidad sociable

Extroversión, intuición, sentimiento y percepción. Se trata de personas alegres y positivas, por lo que los demás quieren compartir con ellas su tiempo.



Personalidad del innovador

Extroversión, intuición, pensamiento y percepción. Se trata de personas con mucha curiosidad por el mundo que las rodea, muy creativas, con mucha imaginación, una enorme agilidad mental y el don de ver el mundo con unos ojos distintos.

Personalidad carismática

Extroversión, intuición, sentimiento y juicio. Se trata de personas que, en cuanto se ponen delante de un público, son realmente escuchadas, pues tienen el don de atraer a los demás y de resultar magnéticas.

ALIMENTOS CHATARRA

5

La comida chatarra es término utilizado para los productos industriales que son ultraprocesados, es decir, que se realizan con sustancias artificiales o extraídas de los alimentos, como emulgentes, colorantes, aromatizantes alimentarios, azúcar y grasas hidrogenadas. Estos alimentos suelen ser sabrosos, prácticos y de bajo costo.



Algunos ejemplos de comida chatarra, conocida también como comida basura, son los fideos instantáneos, cereales matinales, salsas listas, yogures endulzados, refrescos, galletas, bebidas energéticas, comida rápida y *snacks* salados.

<https://www.youtube.com/watch?v=rvr2p93h2kU&pp=ygUQY29taWRhIGNoYXRhcnJhIA%3D%3D>



¿Por qué la comida chatarra es mala para la salud?

El consumo excesivo de comida chatarra es malo para la salud, pues suelen contener un alto contenido de grasas saturadas, trans y azúcares, aumentando el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2, infarto, aterosclerosis, cáncer y obesidad.

Cómo evitar comer comida chatarra

Algunos consejos para evitar el consumo de comida chatarra son:

- Preferir las comidas caseras sobre las sopas deshidratadas, fideos instantáneos, mezclas para pasteles y comidas rápidas;
- Evitar las bebidas industrializadas, como refrescos, jugos pasteurizados, bebidas energizantes y jugos en polvo;
- Evitar comidas congeladas o rápidas como nuggets, lasaña, pizza, hamburguesa;
- Evitar *snacks* dulces y salados como galletas, papas fritas, nachos y palomitas de maíz preparadas;
- Preferir la ingesta de alimentos frescos, como frutas y verduras frescas, agua, leche, cereales integrales, legumbres, tubérculos y huevos.



¿Qué son las bacterias?

Las bacterias son un extenso grupo de microorganismos procariotas (desprovistos de una membrana que delimita al núcleo celular) de diversas formas y tamaños posibles.



Estos seres vivientes **tienen relaciones con prácticamente todas las formas de vida del planeta**, ya sea a través de relaciones de comensalismo (como las bacterias que proliferan sobre la piel), mutualismo (como las que colaboran con la digestión de los alimentos en el intestino) o de parasitismo (como las causantes de infecciones y enfermedades).

Tipos de bacterias

Según su morfología:

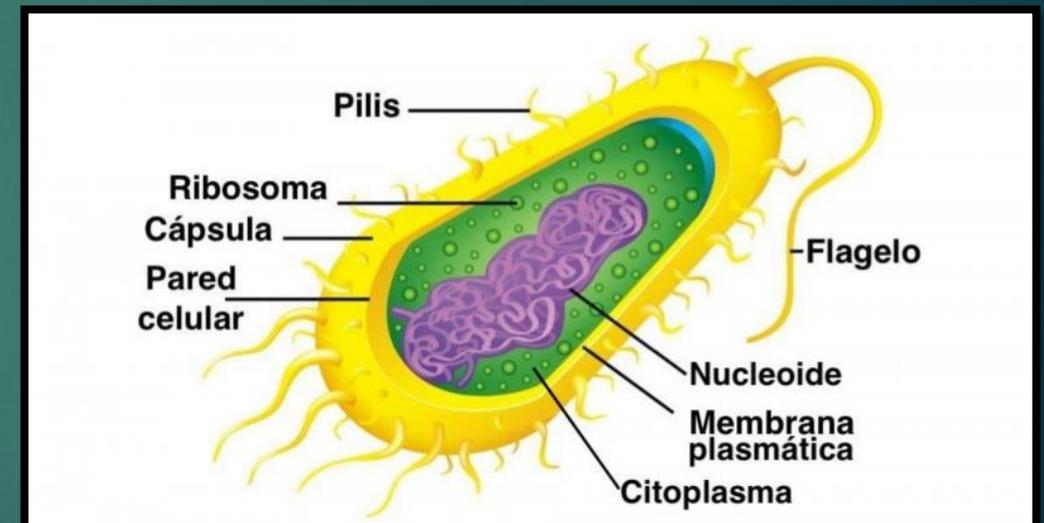
Bacilos. De formas alargadas, como barras microscópicas. También se pueden encontrar bacilos en grupos de a dos o formando filamentos.

Cocos. De formas esféricas o redondas. Las bacterias tipo coco también pueden presentarse en pares (diplococos), en grupos de a cuatro (tetracocos), en cadenas (estreptococos) y en agrupaciones irregulares o racimos (estafilococos).

Formas helicoidales. Pueden ser: vibrios, de forma de coma y ligeramente curvados; espirilos, de forma helicoidal rígida o de tirabuzón; o espiroquetas, en forma de tirabuzón flexible.

Es frecuente entre las bacterias de una misma especie que adopten distintos tipos morfológicos, lo que se denomina "pleomorfismo".

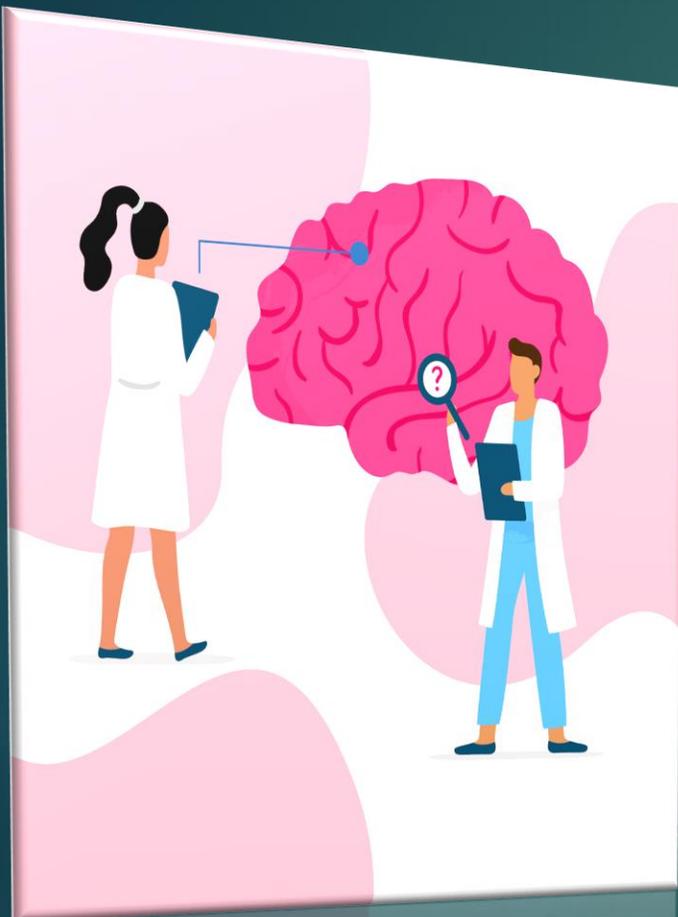
ESTRUCTURA DE LAS BACTERIAS



también 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.



La enfermedad mental puede hacerte sentir muy mal y ocasionar problemas en la vida cotidiana, por ejemplo, en la escuela, el trabajo 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).



Los signos y síntomas de la enfermedad mental pueden variar según el trastorno, las circunstancias y otros factores. Los síntomas de la enfermedad mental pueden afectar las emociones, los pensamientos y las conductas.

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

A veces, los síntomas de un trastorno de salud mental aparecen como problemas físicos, como dolor de estómago, dolor de espalda, dolores de cabeza u otros dolores y molestias inexplicables.