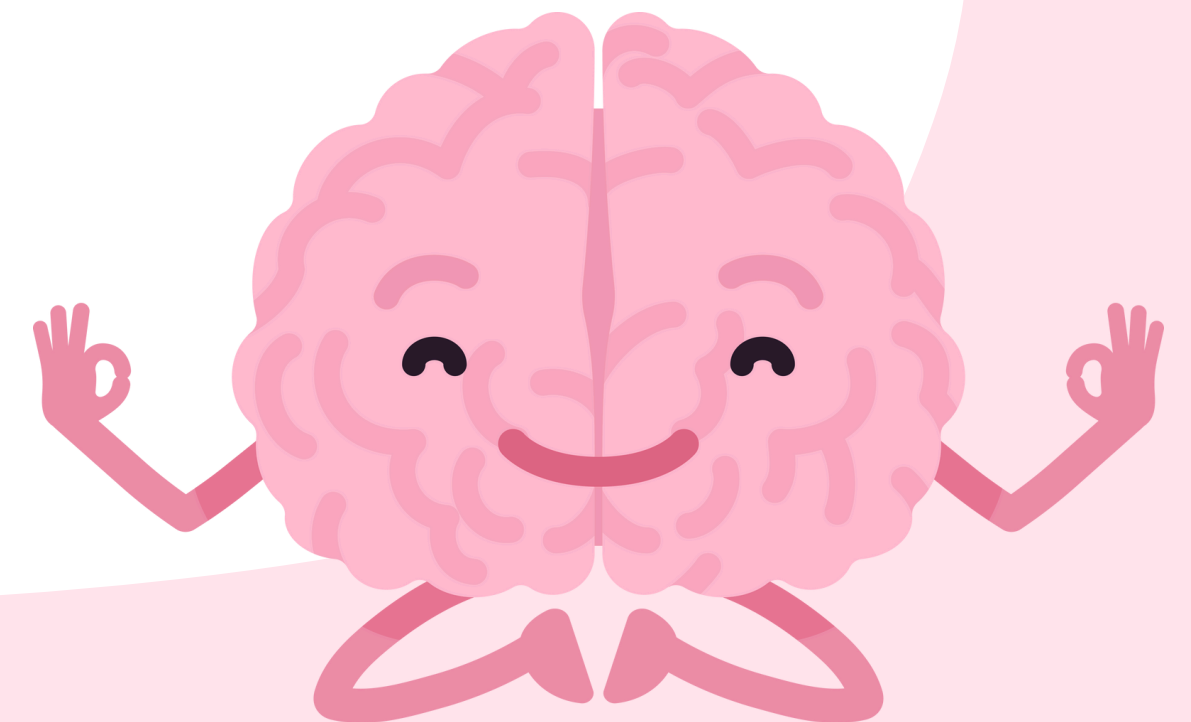
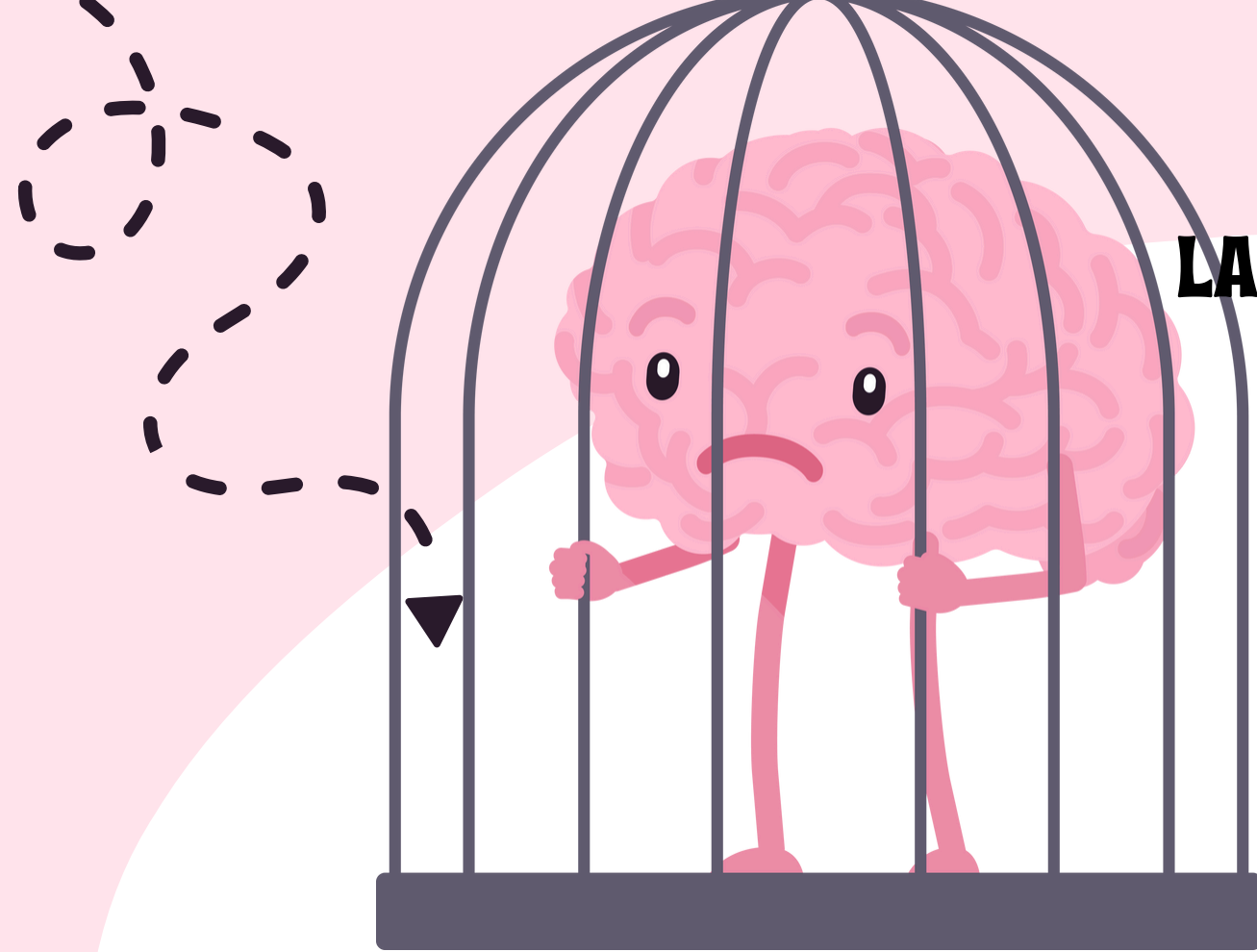


Nombre: Luis Fernando López Gómez
Nombre Del Tema : Super nota
Parcial : 2
Nombre De La Materia : DESARROLLO
CULTURALES
Nombre Del Profesor : PAOLA
JACQUELINE ALBARRAN SANTOS
Licenciatura: Psicología
Cuatrimestre : 6





LA SALUD MENTAL

¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL?

AFECTA LA FORMA EN QUE PENSAMOS, SENTIMOS Y ACTUAMOS CUANDO ENFRENTAMOS LA VIDA. TAMBIÉN AYUDA A DETERMINAR CÓMO MANEJAMOS EL ESTRÉS, NOS RELACIONAMOS CON LOS DEMÁS Y TOMAMOS DECISIONES

ES UN ESTADO DE BIENESTAR MENTAL QUE PERMITE A LAS PERSONAS HACER FRENTE A LOS MOMENTOS DE ESTRÉS DE LA VIDA, DESARROLLAR TODAS SUS HABILIDADES, PODER APRENDER Y TRABAJAR



LA SALUD MENTAL

¿QUÉ IMPLICA LA SALUD MENTAL?

ES EL ESTADO DE EQUILIBRIO QUE DEBE EXISTIR ENTRE LAS PERSONAS Y EL ENTORNO SOCIO-CULTURAL QUE LOS RODEA, INCLUYE EL BIENESTAR EMOCIONAL

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TENER UNA BUENA SALUD EMOCIONAL?

BIENESTAR EMOCIONAL Y SALUD | COMUNIDAD DE MADRID NOS AYUDA A APROXIMARNOS Y RELACIONARNOS CON LOS DEMÁS, CREANDO VÍNCULOS CON NUESTRO ENTORNO A LA VEZ QUE MEJORA NUESTRO AUTOCONCEPTO

¿QUÉ PUEDE AFECTAR LA SALUD MENTAL?

LA INSEGURIDAD

LA DESESPERANZA

EL RÁPIDO CAMBIO SOCIAL

LOS RIESGOS DE VIOLENCIA

LOS PROBLEMAS QUE AFECTEN LA SALUD FÍSICA





[://WWW.WHO.INT/ES/NEWS-ROOM/FACT-SHEETS/DETAIL/MENTAL-HEALTH](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health)