

Actividad 2. Sentimientos y emociones

Nombre del Alumno: Liliana Tomas Morales

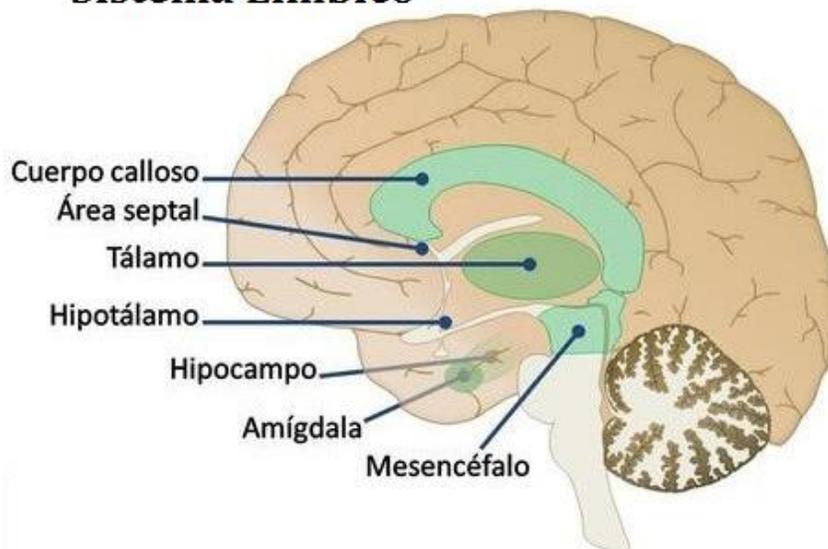
Nombre del profesor: Ing. Magner Joel Herrera Ordoñez

Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6

Actividad 2.1.

Sistema Límbico



¿Qué es el sistema límbico? es un conjunto de estructuras del encéfalo con límites difusos que están especialmente conectadas entre sí y cuya función tiene que ver con la aparición de los estados emocionales.

¿Qué es la función del hipotálamo? Una de las zonas del diencefalo más involucradas en la regulación de las emociones.

¿Cuál es la función del hipocampo? tiene una función muy importante en los procesos mentales relacionados con la memoria, tanto en la memorización de experiencias e informaciones abstractas como en la recuperación de recuerdos.

¿Cuál es la función de la Amígdala? Su papel está relacionado con la respuesta emocional aprendida que despiertan ciertas situaciones, y están involucradas con el aprendizaje emocional.

Actividad 2.2 Emociones humanas

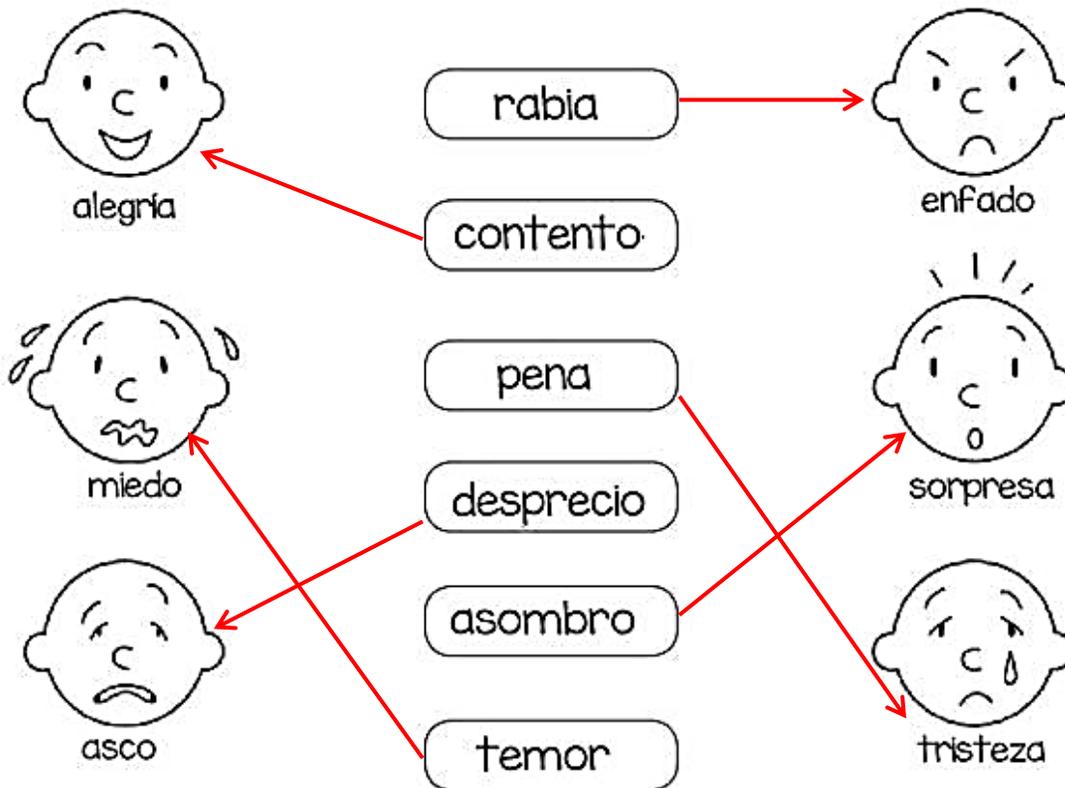
Completa el siguiente cuadro referente a las emociones más comunes:

| Imagen | Emoción | Descripción |
|---|------------------|---|
|  | ALEGRÍA | La alegría es una emoción positiva que surge en respuesta a experiencias gratificantes o la anticipación de ellas. Se caracteriza por sentimientos de felicidad, satisfacción y bienestar. |
|  | TRISTEZA | La tristeza es una respuesta emocional a experiencias de pérdida, fracaso o desilusión. Aunque es una emoción desagradable, jugar un papel importante en el proceso de adaptación y recuperación emocional. |
|  | MIEDO | El miedo es una emoción primaria que surge como respuesta a una amenaza percibida, ya sea real o imaginaria. Su función es protegernos, preparándonos para la respuesta de «lucha o huida». |
|  | IRA | La ira se genera en respuesta a la percepción de una injusticia, amenaza o frustración. Aunque a menudo se considera negativa, la ira puede motivar la acción para resolver problemas o defenderse contra amenazas. |
|  | SORPRESA | La sorpresa ocurre en respuesta a algo inesperado. Puede ser positiva, negativa o neutral, dependiendo del contexto y de la interpretación de la situación. |
|  | ASCO | El asco es una reacción emocional a algo que se percibe como desagradable o repulsivo. Se creía que tenía una función evolutiva relacionada con evitar sustancias o situaciones que podrían ser perjudiciales. |
| | DESPRECIO | El desprecio implica una mezcla de disgusto y enojo, dirigido hacia alguien considerado |

| | | |
|---|------------------|--|
|  | | inferior o indigno de respeto. |
|  | VERGÜENZA | La vergüenza surge de la conciencia de haber hecho algo considerado moralmente incorrecto o socialmente inaceptable, llevando a sentimientos de arrepentimiento y deseo de esconderse o desaparecer. |

Actividad 2.3

① Une cada emoción con otra parecida.



1 ¿Que emoción siente cada uno? Escribe.

alegría

tristeza

miedo

enfado

sorpresa

Es horrible!
Estoy asustado!



MIEDO

Mi hermanito está
en el hospital.



TRISTEZA

No me esperaba
algo así de María.



SORPRESA

Deja ya de
molestarme!



ENFADO

¡Qué bien! Mañana nos vamos
de excursión.
¡Lo pasaremos genial!



ALEGRIA



Material de apoyo

<https://psicologiaymente.com/neurociencias/sistema-limbico-cerebro>

<https://www.psania.com/las-emociones-humanas/>