

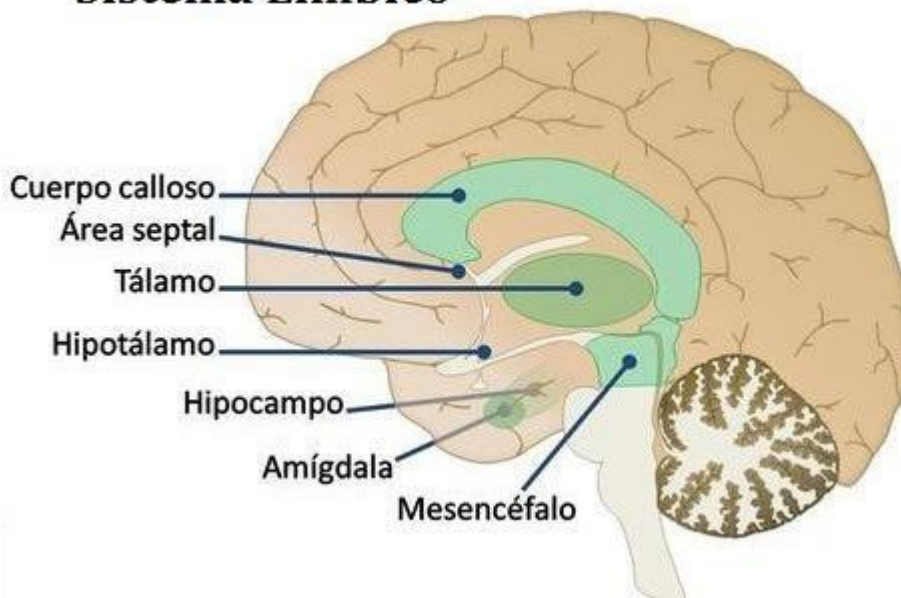
## Actividad 2. Sentimientos y emociones

Nombre del Alumno: Andrea Melgar Vazquez

Licenciatura: En Enfermería Cuatrimestre: 6º

### Actividad 2.1.

#### Sistema Límbico



**¿Qué es el sistema límbico?** Es una parte del cerebro que incluye varias estructuras que están involucradas en el procesamiento de las emociones, la memoria y las respuestas fisiológicas.

**¿Qué es la función del hipotálamo?** Es una de las estructuras más importantes del sistema límbico y tiene diversas funciones, como regular la temperatura corporal, controlar el apetito, la sed, regular el sueño y participar en la respuesta al estrés.



**¿Cuál es la función del hipocampo?** Por su parte, juega un papel crucial en la formación y recuperación de la memoria.

**¿Cuál es la función de la Amígdala?** Está asociada principalmente con el procesamiento de las emociones, especialmente el miedo y la ansiedad.

## Actividad 2.2 Emociones humanas

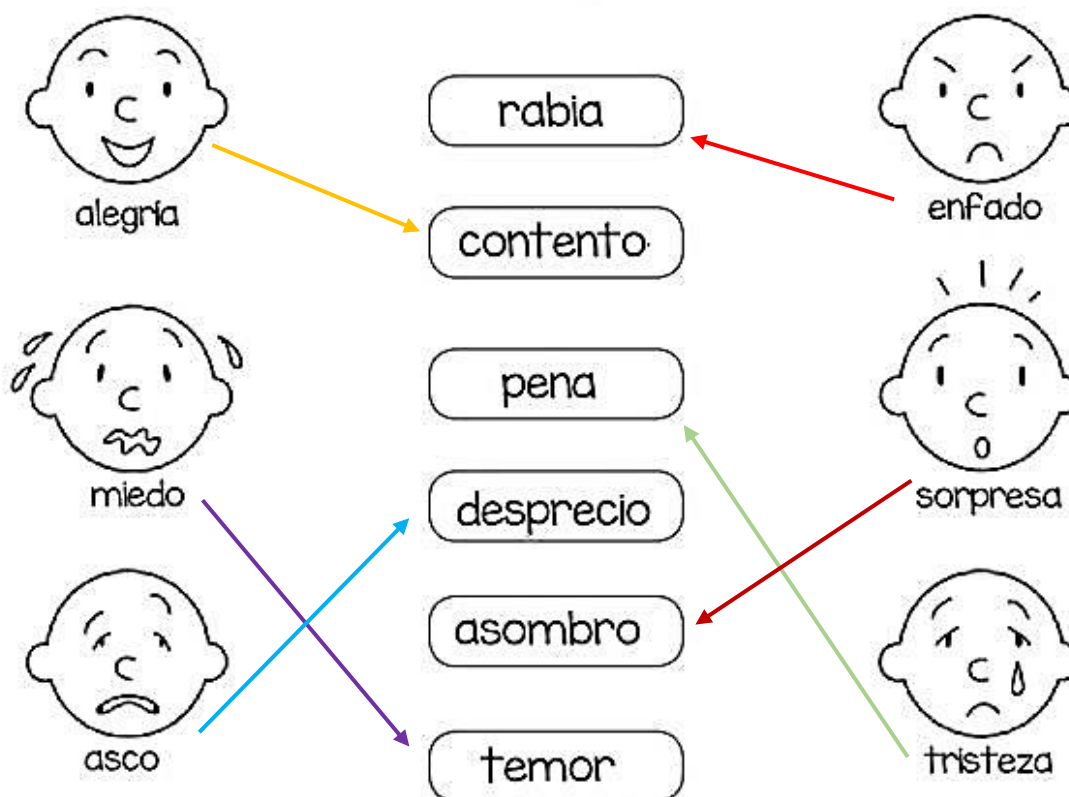
Completa el siguiente cuadro referente a las emociones más comunes:

Imagen	Emoción	Descripción
	<p><b>Alegría</b></p>	<p>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.</p>
	<p><b>Miedo</b></p>	<p>Es una emoción básica que se caracteriza por una sensación de temor, ansiedad o inquietud ante una amenaza real o percibida. Es una respuesta natural del organismo que prepara al individuo para enfrentar situaciones peligrosas o estresantes.</p>
	<p><b>Sorpresa</b></p>	<p>Es una emoción primaria, una alteración emocional causada por algo inesperado, por algo imprevisto, novedoso o extraño, cuya principal consecuencia es desviar toda nuestra atención hacia lo que la causó.</p>
	<p><b>Asco</b></p>	<p>Es la denominación de la emoción de fuerte desagrado y disgusto hacia algo</p>
	<p><b>Ira</b></p>	<p>Se refiere a un estado emocional caracterizado por sentimientos de enfado de intensidad variable y puede ser causado por sucesos externos o internos.</p>
	<p><b>Tristeza</b></p>	<p>como un estado anímico producido por un suceso desfavorable que suele manifestarse con pesimismo, insatisfacción y tendencia al llanto; es la emoción básica opuesta a</p>

	<b>Envidia</b>	El “sentimiento de tristeza o enojo que experimenta la persona que no tiene o desearía tener para sí sola algo que otra posee”
	<b>Aburrimiento</b>	Cansancio del ánimo originado por falta de estímulo o distracción, o por molestia reiterada.

## 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!



Alegría