

## Actividad 2. Sentimientos y emociones

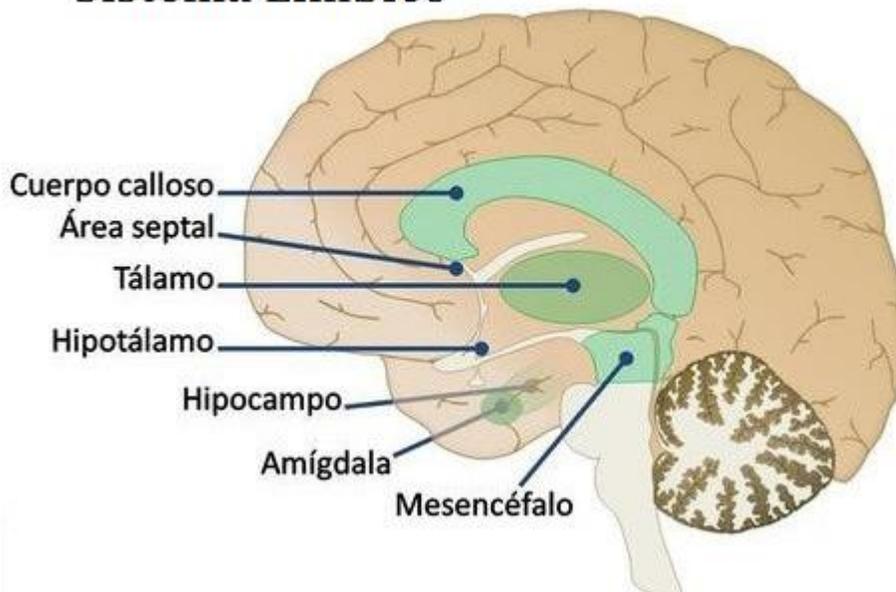
**Nombre del Alumno:** BRYAN ELI GARCIA ZAMORANO

**Licenciatura:** ENFERMERIA

**Cuatrimestre:** 6

### Actividad 2.1.

#### Sistema Límbico



#### ¿Qué es el sistema límbico?

El sistema límbico, en particular el hipocampo y la amígdala, están involucrados en la formación de la memoria a largo plazo y se asocian muy de cerca con las estructuras olfativas (relacionadas con el sentido del olfato).

#### ¿Qué es la función del hipotálamo?

Área del cerebro que controla la temperatura del cuerpo, el hambre y la sed. Anatomía del interior del encéfalo: muestra la glándula pineal y la hipófisis, el nervio óptico, los ventrículos (el líquido cefalorraquídeo se ve en color azul) y otras partes del encéfalo.

#### ¿Cuál es la función del hipocampo?

es una estructura cerebral localizada en el lóbulo temporal del cerebro y muy relacionada con los procesos de aprendizaje y memoria. Éste presenta una actividad eléctrica de manera continua, relacionada de un modo u otro con las actividades que se estén haciendo en cada momento.

## ¿Cuál es la función de la Amígdala?

son ganglios linfáticos que se encuentran en la parte posterior de la boca y en la parte de arriba de la garganta. Ayudan a eliminar las bacterias y otros microorganismos para prevenir infecciones en el cuerpo. Una infección viral o bacteriana puede causar amigdalitis.

## Actividad 2.2 Emociones humanas

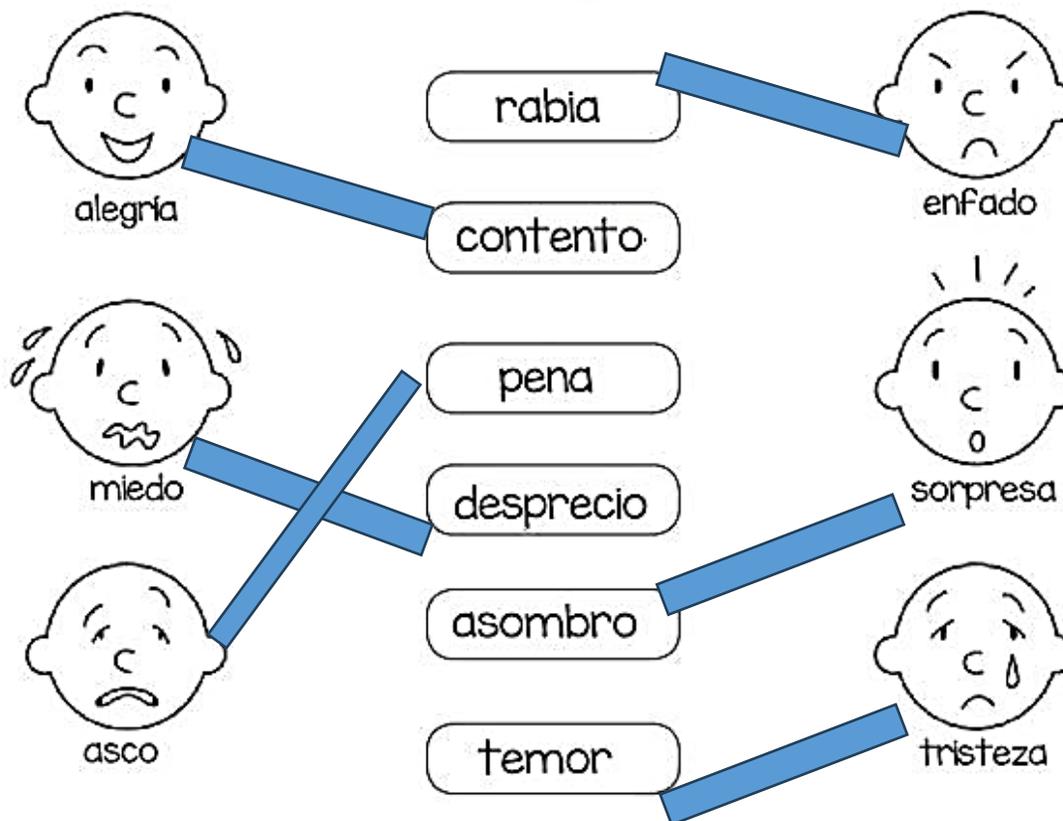
Completa el siguiente cuadro referente a las emociones más comunes:

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>TRISTEZA</b></p>	<p>es una emoción humana básica y natural, caracterizada por sentimientos de desánimo, pérdida o desesperanza, que se experimenta en respuesta a situaciones de decepción, pérdida o frustración.</p>
	<p><b>IRA</b></p>	<p>es una emoción normal que todo el mundo siente de vez en cuando. Pero cuando usted siente una ira que es demasiado intensa, o cuando la siente con demasiada frecuencia, puede convertirse en un problema.</p>
	<p><b>MIEDO</b></p>	<p>es un sentimiento de desconfianza que impulsa a creer que va a suceder algo negativo, se trata de la angustia ante un peligro que, y eso es muy importante, puede ser real o imaginario</p>

	<p><b>DESAGRADO</b></p>	<p>Sensación de rechazo o repulsión; reacción o sentimiento frente a algo o alguien que no es grato o que se considera desagradable. Sinónimos: descontento, disgusto, fastidio. Antónimos: agrado, complacencia, gusto, placer.</p>
	<p><b>ANSIEDAD</b></p>	<p>es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés.</p>

## 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.psanía.com/las-emociones-humanas/>