



## trabajo

*Nombre del Alumno: Jonatan Emanuel Vazquez García*

*Nombre del tema: Ansiedad*

*Parcial: 2*

*Nombre de la Materia: Psicología y salud*

*Nombre del profesor: Andrés López Arellano*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería*

*Cuatrimestre: Primer Cuatrimestre*

*La Independencia Chiapas a 12 de octubre del año 2024*

*Lugar y Fecha de elaboración*



# ANSIEDAD

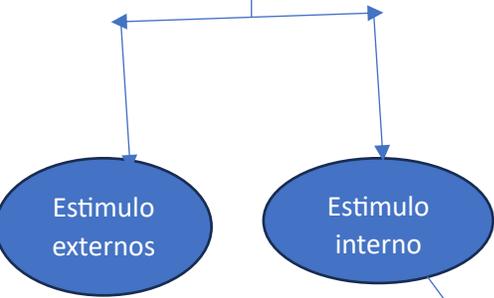
causas

Que es

Tipos de ansiedad

Es un conjunto de procesos psicológicos y fisiológicos que aparece cuando se percibe peligros reales o percibidos

Es común distinguir entre dos formas la ansiedad



Ansiedad adaptativa

Ansiedad patológica

Eventos o situaciones de la vida cotidiana, donde el individuo percibe estar en peligro o en riesgo

Desajustes emocionales, traumas psíquicos y trastornos psicológicos pueden ser causa de ansiedad

Síntomas

Psicológicos

Físicos

ejemplo



Por estrés del ambiente laboral, por estrés escolar, tensiones financieras

Preocupación, aprensión, agobio, intranquilidad

Sudoración nerviosa, mareo, temblores, tensión muscular

# BIBLIOGRAFIAS

## Bibliografía

(s.f.). Recuperado el 12 de 10 de 2024, de

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=d515d43e4c867d18JmltdHM9MTcyODY5MTlwMCZpZ3VpZD0zYjg5NThiNy03NDRjLTY3NzktMGE4Mi00YzQxNzU0NDY2YmEmaW5zaWQ9NTI0Nw&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=3b8958b7-744c-6779-0a82-4c41754466ba&psq=que+es+la+ansiedad+estimulo+externo&u=a1aHR0cHM6>

## Bibliografía

(s.f.). Recuperado el 12 de 10 de 2024, de

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=d515d43e4c867d18JmltdHM9MTcyODY5MTlwMCZpZ3VpZD0zYjg5NThiNy03NDRjLTY3NzktMGE4Mi00YzQxNzU0NDY2YmEmaW5zaWQ9NTI0Nw&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=3b8958b7-744c-6779-0a82-4c41754466ba&psq=que+es+la+ansiedad+estimulo+externo&u=a1aHR0cHM6>

(s.f.). Recuperado el 12 de 10 de 2024, de psicología y mente:

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=a9c4b45c1d2f4514JmltdHM9MTcyODY5MTlwMCZpZ3VpZD0zYjg5NThiNy03NDRjLTY3NzktMGE4Mi00YzQxNzU0NDY2YmEmaW5zaWQ9NTU0MQ&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=3b8958b7-744c-6779-0a82-4c41754466ba&psq=que+es+la+ansiedad&u=a1aHR0cHM6Ly9wc2ljb2xvZ2lhe>