



**NOMBRE DEL ALUMNO:**

ANDY DANIEL JIMÉNEZ GÓMEZ

**NOMBRE DEL TEMA:** ANSIEDAD

**PARCIAL:** 2

**NOMBRE DE LA MATERIA:** PSICOLOGÍA Y SALUD

**NOMBRE DEL PROFESOR:** LÓPEZ ARELLANO ANDRES

**NOMBRE DE LA LICENCIATURA:** ENFERMERÍA

**CUATRIMESTRE:** #1

**Lugar de elaboración**

TEOPISCA CHIAPAS 11-11-24

# ANSIEDAD

## AMIGDALA

NO DEJA QUE LA CORTEZA ACTUE ADECUADAMENTE, ANULA SU FUNCIONAMIENTO Y LIMITA SIGNIFICATIVAMENTE EL APRENDISAJE, MEMORIA Y ATENCION

## TIPOS DE ANSIEDAD

- CATASTROFICA
- EVALUACION
- PERDIDA DE CONTROL
- INSERTIDUMBRE

## ESTIMULO AGRADABLE Y DESAGRADABLE

ESTIMULO AGRADABLE  
DAR UN ESTIMULO POSITIVO Y UNO NEGATIVO EJEMPLO:

REFUERZO: SI DEJAS ESOS MALITOS TE DOY UN CARRO (Estimulo externo).

CASTIGO: SI LO SIGUES HACIENDO TE OBLIGO A QUE CORRAS TODAS LAS MAÑANAS

(HABLAMOS DE UNA PERSONA CON MALA SALUD FISICA) (Estimulo interno).

## ANSIEDAD

La ansiedad 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. Por ejemplo, puede sentirse ansioso cuando se enfrenta a un problema difícil en el trabajo, antes de tomar un examen o antes de tomar una decisión importante

**Los trastornos de ansiedad son afecciones en las que la ansiedad no desaparece y puede empeorar con el tiempo. Los síntomas pueden interferir con las actividades diarias, como el desempeño en el trabajo, la escuela y las relaciones entre personas.**

## BIBLIOGRAFIA

- Kandel, E.R.; Schwartz, J.H. & Jessell, T.M. (2001). Principios de neurociencia. Cuarta edición. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.

- Méndez-Bértolo, C.; Moratti, S.; Toledano, R.; López-Sosa, F.; Martínez-Álvarez, R.; Mah, Y.H.; Vuilleumier, P.; Gil-Nagel, A. & Strange, B.A. (2016). “A fast pathway for fear in human”, Nature Neuroscience.
- Nieuwenhuys, Voogd & van Huijzen (2009). El Sistema Nervioso Central Humano. 4ª Edición. Editorial Médica Panamericana. Madrid.

**Oscar Castellero Mimenza**

13 noviembre, 2016 - 21:04 — Actualizado 16 julio, 2024 - 13:09 CEST

<https://psicologiyamente.com/neurociencias/amigdala-cerebral>

National Library of Medicine 8600 Rockville Pike, Bethesda, MD 20894 U.S. Department of Health and Human Services National Institutes of Health

<https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20ansiedad%3F,una%20reacci%C3%B3n%20normal%20al%20estr%C3%A9s>