



UDA

Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Litzy Fernanda Domínguez León

Nombre del tema: Ansiedad Y Salud

Parcial: Unidad II

Nombre de la Materia: Psicología

Nombre del profesor: Andrés López Arellano

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura En Enfermería

Cuatrimestre: I Semestre

Comitán de Domínguez Chis. 12 de octubre del 2024

ANSIEDAD

Es un sentimiento de miedo, temor, inquietud o tensión que puede ser una reacción normal ante situaciones difíciles o amenazantes.

ESTÍMULOS INTERNOS

Son señales que se originan en el interior del cuerpo y que pueden provocar una reacción en el organismo. Son cambios, experiencias o sentimientos que ocurren dentro de alguien.

Algunos ejemplos son el hambre, la sed y los estados emocionales.

Por ejemplo, cuando los signos vitales cambian debido a un cambio en el cuerpo.

ESTÍMULOS EXTERNOS

Son factores que se encuentran fuera del cuerpo y que pueden provocar un cambio en la conducta o un cambio físico.

Los órganos sensoriales, como la piel, la lengua, el oído, la nariz y los ojos, son los encargados de captar los estímulos externos. Una vez captados, los órganos sensoriales envían señales al cerebro, que es el encargado de interpretarlas.

Algunos ejemplos de estímulos externos son:

- La vista
- La audición
- El gusto
- El olfato
- Los cambios de temperatura
- La luz solar para las plantas

NIH: Instituto Nacional de la Salud Mental Ansiedad Última actualización 18 octubre 2023 recolectada: 12/10/2024

<https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20ansiedad?,temporal%20y%20puede%20ser%20abrumadora>.

Taber's Medical Dictionary Online website. www.tabers.com/tabersonline. Estimulos externos Accessed March 15, 2023. Recolectada: 12/10/2024

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002309.htm#:~:text=Es%20cualquier%20factor%20que%20puede,r eacciona%20favorablemente%20a%20un%20medicamento>.

<https://study.com/learn/lesson/internal-stimuli-explanation-examples.html>