



# MAPA CONCEPTUAL

*Nombre del Alumno: Cecia Yaretzy Pérez Argueta*

*Nombre del tema: "Ansiedad y Salud"*

*Parcial: 2*

*Nombre de la Materia: Psicología y Salud*

*Nombre del profesor: Andrés López Arellano*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: I*

*Comitán de Domínguez Chiapas 12/10/24*

# ANSIEDAD

Es una emoción normal que se experimenta en situaciones en las que el sujeto se siente amenazado por un peligro externo o interno.

## Estímulos internos

Se refiere a los pensamientos, ideas, imágenes, que son percibidos por el individuo como peligrosos y amenazantes.

## Estímulos externos

Se refiere a las situaciones o eventos de la vida cotidiana que pueden hacer que una persona se sienta en peligro o en riesgo.

## EJEMPLOS

### ESTIMULOS INTERNOS

Una madre que teme que su hija salga por miedo a que le pase algo en la calle o que la secuestren.

### ANSIEDAD

Una persona que se preocupa por su futuro y de las cosas malas que le pueden suceder.

### ESTIMULOS EXTERNOS

Una persona que ve una película de terror y en la noche no puede dormir por miedo por miedo a la oscuridad y se asusta con cualquier ruido que



