



Nombre de alumno: Eddy Antonio López Pérez

Nombre del profesor: Paola Guadalupe Domínguez Ruiz

Nombre del trabajo: resumen

Materia: desarrollo humano

Grado: 6

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 25 de julio de 2025

Desarrollo humano

La diferencia del amor y el enamoramiento es que el amor es algo más duradero mientras que el enamoramiento es algo más superficial la cual no dura mucho tiempo solo es pasajero. Para poder desarrollar una personalidad saludable es crucial: apertura de la experiencia, amabilidad, conciencia, extraversión, neuroticismo.

Los rasgos son clave para una personalidad saludable y la cual tienen características positivas las cuales son las siguientes: _

- Alta apertura de los sentimientos
- Bajos niveles de hostilidad agresiva
- Mucha calidez
- Emociones positivas
- Capacidad de ser directo

El desarrollo humano en la medicina veterinaria no solo implica en el cuidado de los animales sino también una profunda responsabilidad social, ética y emocional, es en ese punto donde entra el desarrollo humano la cual se convierte en una herramienta para formar profesionales íntegros, equilibrados y empáticos.

Esto se refiere a un proceso mediante el cual una persona mejora sus capacidades, valores, actitudes, emociones y habilidades para llevar una vida plena, el desarrollo humano implica la autorrealización la conciencia de si mismo, la empatía y el respeto por los demás.

Una personalidad saludable no es sinónimo de perfección, sino también un equilibrio emocional, capacidad de adaptación, ética y coherencia interna

- Empatía sin perder límites personales
- Capacidad de escuchar y comunicarse
- Conocimientos de tus emociones y pensamientos
- Adaptación al entorno
- Autoestima sólida

Autoconocimiento que nos favorece:

- Permite detectar signos de burnout
- Ayuda a reconocer emociones frente a la muerte, el dolor y el sufrimiento animal
- Favorece a la toma de decisiones

Responsabilidad Afectiva

Es la habilidad de hacernos cargo de cómo nuestras acciones afectan emocionalmente a los demás. En el ámbito veterinario, esto se refleja en:

- Trato respetuoso a colegas y clientes.
- Capacidad de disculparse cuando se comete un error.
- Ser honesto emocionalmente, sin manipular ni herir.

Un profesional con responsabilidad afectiva no solo es ético con los animales, sino también con las personas.

Capacidad para Establecer Relaciones Sanas

En un ambiente de alta exigencia como la clínica veterinaria, tener relaciones sanas mejora la calidad del trabajo y la salud mental. Esto incluye:

- Relaciones laborales basadas en el respeto mutuo y la cooperación.
- Evitar relaciones tóxicas, competitivas o jerárquicas disfuncionales.
- Saber comunicar necesidades y desacuerdos sin agresión.

Las relaciones sanas son fundamentales en equipos multidisciplinarios y entornos de atención al público.

Adaptabilidad al Cambio

La medicina veterinaria está en constante evolución: nuevos tratamientos, equipos, técnicas, pandemias zoonóticas, cambios sociales en la tenencia responsable, etc.

La adaptabilidad implica:

- Ser resiliente frente a cambios inesperados (muerte de un paciente, rotación de personal, demandas legales).
- Abrazar la formación continua.
- Replantear la práctica profesional ante nuevas realidades sin rigidez mental.

Gestión Emocional

Consiste en identificar, procesar y expresar adecuadamente las emociones. En medicina veterinaria se vive:

- Tristeza por la pérdida de pacientes.

- Frustración por recursos limitados.
- Ira por maltrato animal.
- Ansiedad por diagnósticos complicados.

Una gestión emocional saludable previene la desensibilización o el endurecimiento afectivo, promoviendo la compasión ética y sostenible.

Amor Propio

Es la base de una vida plena y equilibrada. En lugar de ser egoísmo, el amor propio es autorrespeto. Implica:

1. Reconocerte y valorarte tal como eres: sin basarte en logros, apariencia o reconocimiento externo.
2. Cuidarte física, mental y emocionalmente: alimentación, descanso, actividad física, terapia si es necesaria.
3. Establecer límites sanos: decir “no” a jornadas excesivas o maltrato laboral.
4. No depender del reconocimiento externo: sostener la autoestima desde dentro.

El amor propio permite que el veterinario cuide a otros sin descuidarse a sí mismo.

Límites Sanos

Los límites no separan, protegen. En medicina veterinaria, establecer límites implica:

- Decir “no” a clientes exigentes o agresivos.
- Separar el trabajo de la vida personal.
- Defender tu espacio emocional.
- Respetar los límites de los demás (colegas, técnicos, tutores).

Sin límites, el profesional se vuelve vulnerable al abuso, al agotamiento o a relaciones codependientes.

Tipos de Amor

La comprensión de las formas del amor aporta profundidad emocional en el entorno profesional y personal:

- Eros: Pasión, deseo romántico. Aunque no tiene un rol profesional directo, es parte de la vida emocional.
- Philia: Amor de amistad. Fundamental para crear lazos de confianza entre colegas.
- Ágape: Amor desinteresado e incondicional. Es la base del servicio ético y compasivo hacia los animales.
- Storge: Amor familiar. Da equilibrio emocional fuera del trabajo.
- Ludus: Amor juguetón. Refuerza la ligereza y alegría en las relaciones.
- Pragma: Amor maduro. Refleja compromiso y estabilidad a largo plazo, clave en relaciones personales y profesionales.

Reacciones Primarias y Reprimidas

- Primarias: Naturales, inmediatas (miedo, alegría, tristeza, ira). Sirven como guía emocional.
- Reprimidas: Son bloqueadas por presión social o creencias. Se manifiestan en forma de ansiedad, insomnio, irritabilidad, somatización o fatiga crónica.

Un veterinario que reprime constantemente emociones está en mayor riesgo de enfermedad emocional y desgaste vocacional.

Erotismo y Sexualidad

- Erotismo: Es la dimensión estética, emocional y creativa de la sexualidad.
- Sexualidad: Va más allá del acto sexual. Incluye identidad, placer, vínculos, género, afectividad y ética.

Hablar con madurez de sexualidad en entornos profesionales evita acoso, discriminación y promueve ambientes más respetuosos e inclusivos.

Sexualidad y Emoción

La vida emocional influye directamente en la sexualidad:

- El deseo está vinculado a la salud mental.
- Relaciones afectivas sanas generan vínculos íntimos más seguros.

- El respeto, la comunicación y el consentimiento son fundamentales en toda interacción humana, incluidas las del ámbito profesional.

Importancia en el Ámbito Veterinario

El desarrollo humano tiene beneficios directos e indirectos para la práctica veterinaria:

- Mejora la empatía con tutores, colegas y animales.
- Fortalece el trabajo en equipo, elemento esencial en clínicas y hospitales.
- Reduce el estrés laboral y emocional, disminuyendo el síndrome de burnout.
- Favorece una vida profesional y personal balanceada, clave para la sostenibilidad del ejercicio veterinario.
- Aumenta la conciencia ética, pilar de la medicina veterinaria moderna.