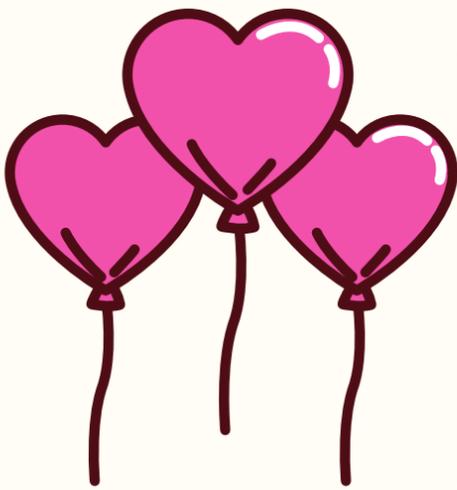


Personalidad

SALUDABLE

**LUZ ELENA
CERVANTES
MONROY**



**LUCERO
PEREZ
SOLORZANO**

**LICENCIATURA EN
NUTRICIÓN**



**SEXTO
CUATRIMESTRE**

**UNIVERSIDAD
DEL SURESTE**

JULIO 2025

Personalidad

SALUDABLE

PERSONALIDAD SALUDABLE

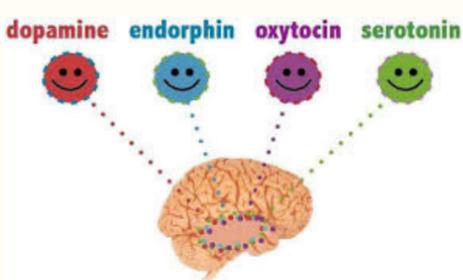
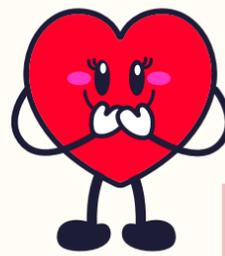
Los rasgos asociados a una personalidad sana se incluyen: alta apertura a los sentimientos, emociones positivas, calidez, franqueza y bajos niveles de hostilidad agresiva



Los individuos con una personalidad considerada saludable muestran mayores niveles de autoestima, bienestar físico, éxito académico y buenas relaciones personales

AMOR

El amor romántico es un impulso poderoso que influye intensamente en nuestras emociones y comportamientos. Más que una emoción, es una motivación que puede elevarnos o destruirnos



SIMILITUD AMOR - DROGAS

- El amor provoca una respuesta bioquímica intensa en el cerebro.
- Libera neurotransmisores como:
- Dopamina
- Oxitocina
- Vasopresina
- Noradrenalina
- Serotonina
- Estas sustancias generan sensaciones de placer, euforia y adicción

GENITALIDAD

La genitalidad es solo la parte física de la sexualidad, centrada en los órganos sexuales, mientras que la sexualidad es una experiencia más amplia que incluye emociones, afecto, placer, comunicación y vínculos. No se limita al coito, sino que abarca gestos, caricias y conexión emocional.



EROTISMO

Freud plantea que la sexualidad (Eros) es una energía vital que debe ser reprimida para mantener la cultura, lo que genera malestar y limita el placer. Marcuse retoma esta idea y, desde una mirada crítica, señala que la sociedad canaliza la sexualidad hacia fines productivos y de control, imponiendo normas que refuerzan la represión y la dominación. La sexualidad se vuelve funcional y genitalizada, perdiendo su dimensión libre y placentera

DH Y TRASCENDENCIA

La trascendencia es la conexión entre el mundo interior del ser humano y su entorno, es decir, encontrar un sentido profundo a la vida más allá de lo material. Implica buscar la excelencia personal, el autoconocimiento, la superación y la capacidad de decidir el rumbo de la propia existencia



Trascender es cambiar de perspectiva, ponerse en el lugar del otro, conocerse a fondo, aceptar nuestras fortalezas y debilidades, y superar las limitaciones del pasado para vivir plenamente el presente. Esto implica equilibrar mente, cuerpo, emociones y espíritu, y encontrar una conexión con la naturaleza y con los demás. La personalidad es clave en la trascendencia, ya que es lo que hace a cada persona única

TRASCENDENCIA HUMANA

es la capacidad del ser humano para ir más allá de sus límites, buscar sentido a su vida y transformarse interiormente. No se trata solo de satisfacer necesidades físicas, sino también emocionales, personales y espirituales



CARACTERISTICAS DE LA PERSONA TRACENSENTE

La persona trascendente es aquella que puede hacer realidad sus sueños, incluso los que parecen imposibles. Se caracteriza por ser soñadora, diferente y poco adaptada a la realidad común. Hay trascendentales natos y formados, y su mayor reto es descubrir cuál es su verdadero sueño

BIBLIOGRAFIA

Universidad del sureste 2025 antología de desarrollo humano. Unidad 4. PDF
imagenes
canva.com
googlee