



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO
ESCUELA SUPERIOR DE CIUDAD SAHAGÚN

Estrés y el riesgo para la salud

Área Académica: Licenciatura en Ingeniería Industrial

Profesor(a): Lic. Araceli Lozano Rodríguez

Periodo: Julio-diciembre 2018

Resumen

El estrés regularmente es considerado como un estado de animo en contraste que conflictúa la estructura psíquica y estropea actitudes y estado de animo, emocionales e incluso en la salud; sin embargo no si lo sabemos manejar puede resultar todo una inspiración de nuevos logros.

Palabras clave: Estrés, emociones, salud.

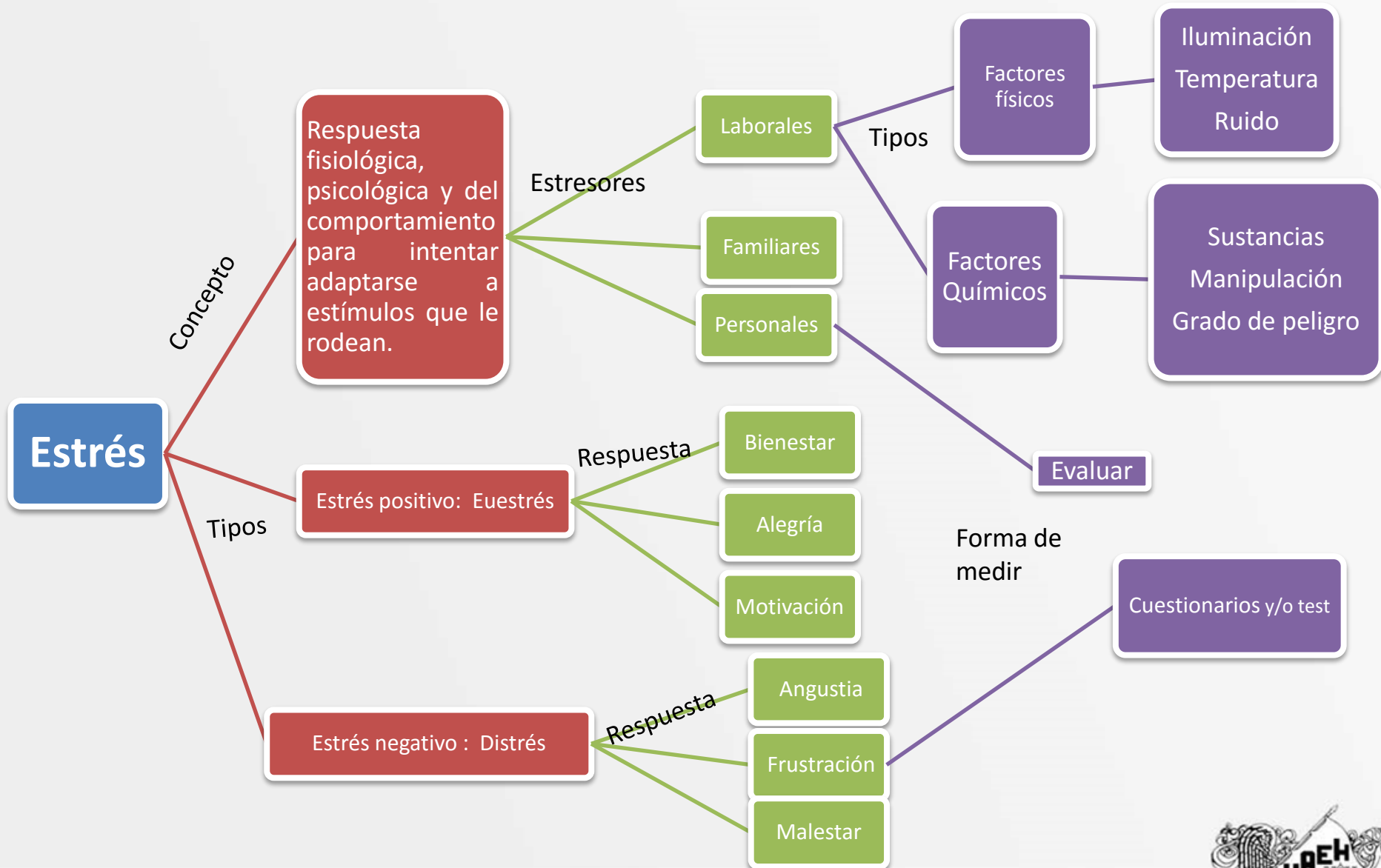


Abstract

Stress is considered regularly as a state of mind in contrast troubled by psychic structure and spoils Attitudes and Mood, emotional and even in Health ; however no if you know how to handle all call be v An inspiration for new achievements.

Keywords: Stress, emotions , health.





Referencia

- Oblitas L. *Psicología de la salud y calidad de vida*. México, 2013.

