😟 El concepto “neurosis” es sinónimo de sufrir “dolor emocional excesivo”, y éste trae secuelas emocionales y de conducta. Sus efectos pueden ser de muchos tipos, como por ejemplo ansiedad, depresión, miedos, obsesiones, adicciones, agresividad, problemas de personalidad, etc., pero, en general, todos ellos comparten una misma naturaleza.

.

👉 La neurosis es una enfermedad emocional, que provoca un problema en el manejo de las emociones que impiden un buen desempeño a nivel social, familiar y laboral.

.

🗣️ Hay presencia de sentimientos de angustia por el futuro y de culpa por el pasado.

.

Sus manifestaciones principales son ansiedad excesiva, miedos, obsesiones y depresión.

.

✅ Tratamiento: psicoterapia y hierbas relajantes del sistema nervioso como tilo, valeriana, toronjil y la hierba de san Juan.

.

Amplía la información en nuestro canal de YouTube con este video https://youtu.be/2kBwjECVbNY

.

👉 Hablemos de Salud Mental sin Tabús 👈

.

Judith Jurado Psicóloga

.

.
.
#saludmental #neurosis #terapia #psicologia #ansiedad #angustia #compulsiones #obsesiones #depresion #salud #tipsdesalud #psicoterapia #conducta #emociones #terapia #cuerpoymente #menteycuerpo #paz #pazmental #reflexion #saludfisica #saludemocional #psicologia #farmaciaonline #SantoRemedioPanama #PsicologaJudithJurado