



**Universidad del Sureste**  
**Campus Comitán de Domínguez Chiapas**  
**Licenciatura en Medicina Humana**

**Tema:** Resumen del capítulo 1 al 5  
“Secretos de la Psicología”  
Daniel Coleman

**Nombre del alumno:** José Alberto  
Cifuentes Cardona.

**Grupo:** “B” **Grado:** Primer semestre.

**Materia:** Psicología Medica.

**Nombre del profesor:** Dr. Sergio  
Alejandro López Ruiz.

# LOS SECRETOS DE LA PSICOLOGÍA.

## I.- CÓMO VEMOS EL MUNDO

Los sentidos humanos son extraordinariamente finos: vista, oído, olfato, gusto y tacto. En realidad, nuestros ojos y oídos, sobre todo son increíblemente sensibles y nos colocan a la par en la mayoría de los demás animales. Estamos tan habituados a nuestros sentidos que no nos damos cuenta de lo sorprendentemente complejos que son.

Los psicólogos y otros científicos han estudiado hasta en sus más mínimos detalles cómo funcionan nuestros ojos y nuestros oídos y los psicólogos en particular se han concentrado en los intentos de comprender cómo recogemos la información captada por nuestros sentidos y la organizamos de manera que el mundo que nos rodea tenga tanta coherencia.

## II.- COMO CAMBIAMOS: DEL NACIMIENTO A LA VEJEZ

Este capítulo trata sobre este proceso de desarrollo que va desde el nacimiento a la muerte. Expone cuánto sabemos sobre la infancia y la niñez, sus capacidades, sus rasgos innatos, sus mentes, su conducta social, etc; también se ocupa de la vejez y de los problemas y cambios que ocurren con la edad. Como constatará, se habla cosas como: lo que puede ver el RN, porque los niños se encariñan con sus padres y viceversa y cómo el pensamiento infantil difiere del adulto, también discute hasta qué punto nuestra mente va a mano a medida que envejecemos y por qué.

### III.- NUESTRAS MÁQUINAS: CEREBRO Y CUERPO

Los psicólogos se interesan principalmente en cómo nos comportamos, sentimos y pensamos. Sin embargo, todo ello depende, en cierto grado, de nuestra estructura física y del funcionamiento del cuerpo y el cerebro. Por consiguiente, los psicólogos han estudiado los mecanismos de este cuerpo y este cerebro a fin de comprender en qué medida nos creemos.

Este capítulo no se ocupa de la digestión, la presión arterial ni los músculos, si no más bien de aquellas partes del organismo que tienen efectos psicológicos. Por lo tanto, tendremos ocasión de examinar las hormonas, las glándulas, el sistema nervioso y varios aspectos del cerebro.

No debemos olvidar nunca que somos animales, lo mismo que los perros y los gatos. Aunque preferimos pensar que somos diferentes a causa de la superioridad del cerebro, estamos, no obstante, sujetos a las acciones físicas de nuestro cuerpo. Los fármacos ejercen efectos sobre nosotros, los daños a zonas de nuestro cerebro pueden provocar que nos sintamos hambrientos o del todo inapetentes, etc. Además nuestras respuestas físicas a veces revelan lo que ocurre en nuestra mente, por ejemplo: sudamos cuando estamos nerviosos o mentimos.

Tampoco estudiaremos el enorme interrogante sobre la relación que existe entre los procesos físicos y los psicológicos.

#### IV.- CÓMO PENSAMOS Y APRENDEMOS

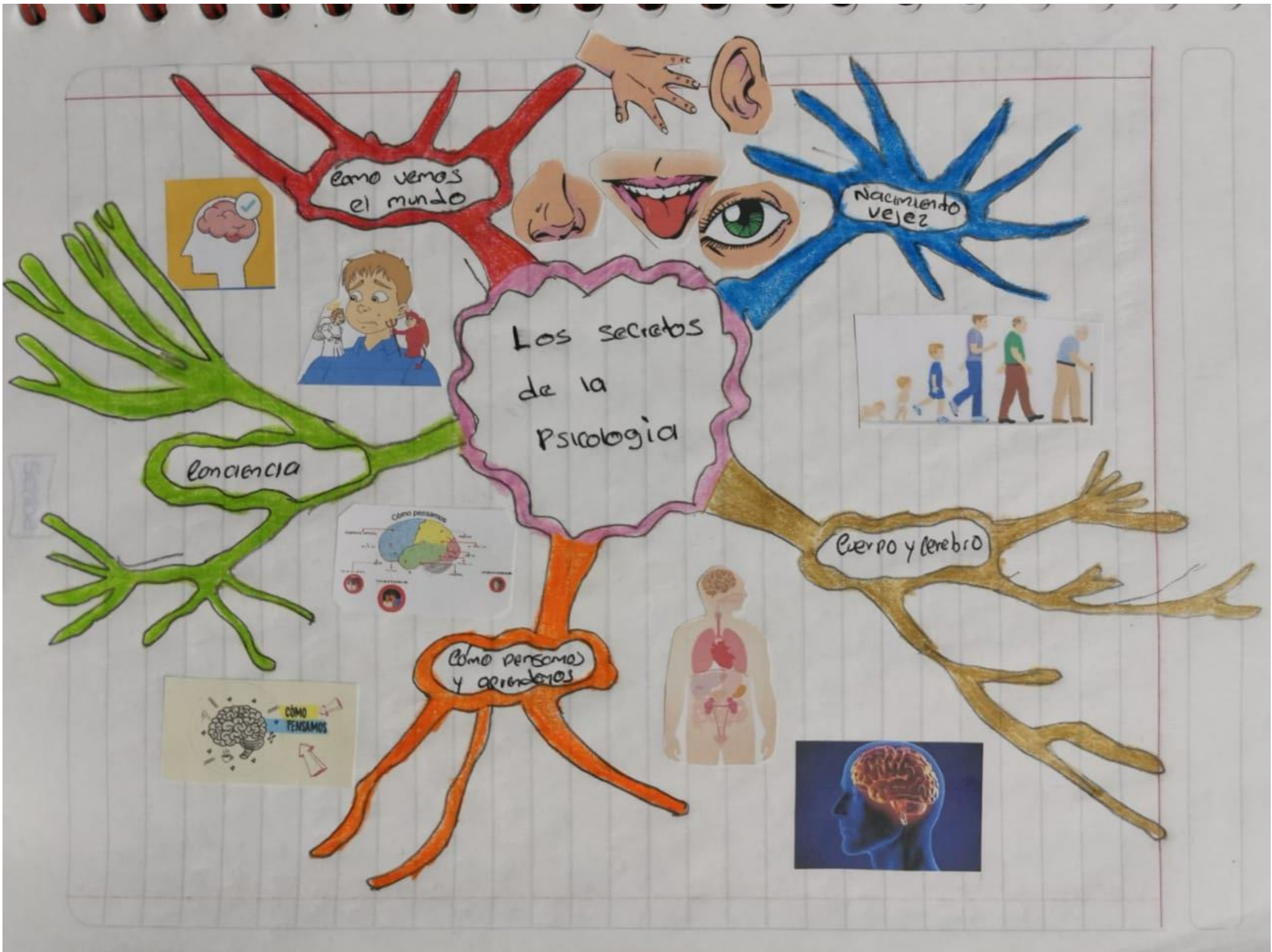
El ser humano es capaz de aprender y pensar más que cualquier otro animal. Comenzamos a aprender a partir del momento en que nacemos y ya nunca dejamos de hacerlo, casi todo cuando nos hace Seres sociales y civilizados es algo aprendido; desde la manera de atarnos los cintos del zapato hasta la capacidad para leer y tocar el piano; desde el lenguaje hasta la moralidad y la política. Por lo tanto es absolutamente fundamental comprender cómo aprendemos, los principios que controlan el aprendizaje y cómo recordamos. Además usamos nuestra mente, es decir, pensamos y razonamos de manera que superamos ampliamente las capacidades de otros animales, resolvemos problemas, componemos temas, memorizamos entidades etc.

Los psicólogos han dedicado mucho tiempo al estudio de estos aspectos. Cualquier respuesta automática que nosotros u otros animales damos a un estímulo puede someterse al condicionamiento clásico. Consideramos automática cualquier acción que no podemos controlar deliberadamente, como salivar cuando tenemos comida en la boca, brincar por un fuerte ruido, fruncir los labios al morder un limón y un sin número de respuestas fisiológicas como sudar, cuando vemos el estímulo que provoca usualmente esta respuesta por ejemplo (la comida que produce salivación).

## V.- CONCIENCIA.

La mayor parte del tiempo nos encontramos en un estado de conciencia normal y de alerta (aunque no siempre lo parezca). Sin embargo, pasamos largo tiempo en diferentes grados de conciencia. Dormimos aproximadamente un tercio de nuestra vida, en el que soñamos: los fenómenos de dormir y soñar son muy diferentes a los del insomnio. Existen además, otros estados que incluyen la hipnosis, la meditación, los inducidos por drogas, como el delirio, alcohólico y cierta euforia. Es importante comprender estos estados, no solo por que desempeñan un papel en nuestras vidas si, no también por que su contraste nos ayuda a conocer mas a fondo nuestro estado normal.

Shakespeare tenia razón respecto a la orina el alcohol inhibe la secreción de una hormona que controla las micciones, lo que provoca una sensación de mayor urgencia cuando se ha bebido. Mientras mas se orina, mayor sera la deshidratación del cuerpo. Además el alcohol estimula las células a secretar el liquido que contienen produciendo deher deshidratación del cuerpo. Además el alcohol estimula las células. y la sed que sufren las personas despues de beber y sobre todo la manifestación de los efectos ultteriores.



## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA.

Daniel Coleman, J. F. (1995). *Los Secretos de la Psicología*. Barcelona: Salvat Editores S.A.