

ESTADOS DE LA CONCIENCIA



maestra: sandy molina

alumna: kellmi disaili hernandez garcia

materia: psicologia general

3r cuatrimestre

parcial 4

carrera: psicologia general

SUEÑO Y VIGILIA

El sueño es un proceso reversible y una necesidad básica biológica y fisiológica que representa un cambio en los estados de conciencia y alerta. Es una parte del ciclo sueñovigilia, que es adaptable a cambios en los ritmos biológicos y que está relacionado con otros ciclos circadianos. Permite la regulación de procesos cognitivos reflejados en el aprendizaje, la memoria, estados de atención y que tienen influencia en la toma de decisiones y resolución de problemas.



CONCIENCIA

**LA CONCIENCIA
INICIA DESDE LA
PRIMERA VEZ QUE
ABRIMOS LOS OJOS,
ENCONTRAMOS
FRENTE A NUESTRO
ENTORNO, NUESTRO
MUNDO Y
EXPERIMENTAMOS LO
PERSONAL Y EL
EXTERIOR**

**La conciencia nos permite
crear metáforas, concebir
posibilidades, expandir
nuestra existencia. Nuestra
representación simbólica de
la realidad nos habilita para
extraer conclusiones y
elaborar nuevos
conocimientos a partir de
los que ya tenemos.**

los psicólogos definen a la conciencia como el conocimiento personal de los sentimientos, sensaciones y pensamientos. las personas suelen fantasear mientras están despiertas produciéndose el estado de conciencia conocido como :
"ENSOÑACION"



Person A



ensoñacion

DISOCIACION: mirar a un punto fijo

NIVELES DE LA CONCIENCIA

1. ALERTA: el paciente esta orientado y responde bien a los estímulos verbales y sensitivos
2. LETARGICO: estado de somnolencia y confusión
3. ESTUPOROSO: atiende momentáneamente a estímulos vigorosos
4. COMATOSO: hay una desconexion del medio que lo rodea



teorias de la conciencia

william james

defenia como una funcion evolutiva que salvaguardaba una secuencia de experiencia concretas conscientes. es la capacidad de grabar en nuestra memoria lo que estamos viviendo en una secuencia temporal para poder proveer el futuro.

Antonio Damasio

La conciencia es un proceso gradual que se asocia con una secuencia de tres tipos de YO en que conforman nuestra identidad

1. el roto-YO: secuencia temporal inconsciente y coherente
2. el YO o central: se activa ante elementos naturales y experimentaciones
3. el YO autobiografico: memorias implicitas de las experiencias vividas en el pasado y prevencion del futuro



EL SUEÑO COMO ESTADO DE CONCIENCIA



el reloj interno del ser humano se ubica en el núcleo supraquiasmático (NSQ), un grupo de neuronas del tamaño de una cabeza de alfileres ubicadas en el tálamo.

NSQ: sirve como el reloj que ejerce el control sobre las neuronas en todo el cuerpo



ETAPAS DEL SUEÑO



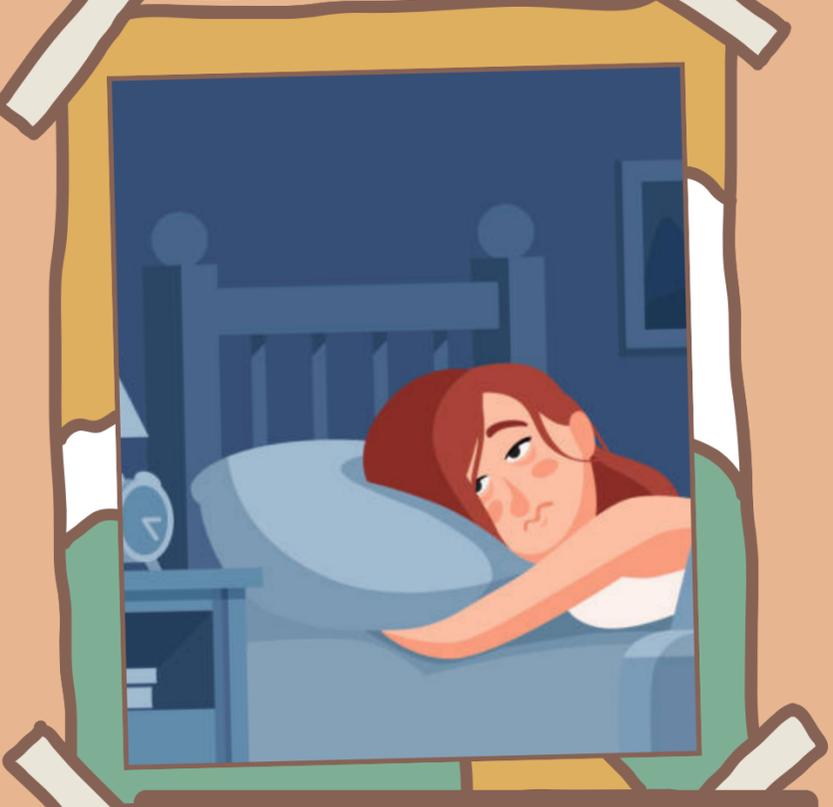
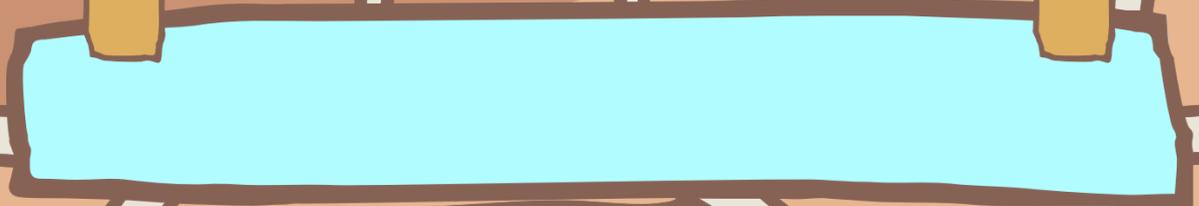
etapa 1: sueño ligero
respiración mas irregular, musculos mas relajados



etapa 2: el sueño se hace mas profundo la temperatura del cuerpo desciende mas. los husos marcan los limites del sueño



etapa 3: aparece una nueva onda cerebral delta, que es grande y lenta. su presencia señala mas profundo y mayor perdida del sueño

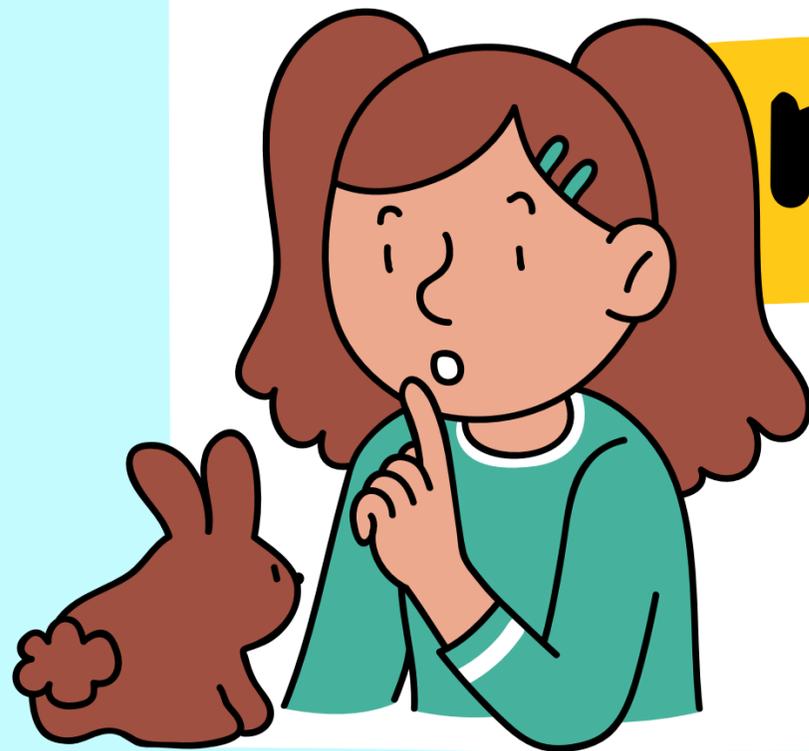


etapa 4: nivel de sueño mas profundo se alcanza luego de una hora. las ondas cerebrales son deltas puras se llega a un nivel de inconsciencia.



sueño mor: movimiento ocular rapido, sueños y paralisis muscular





referencias

<https://www.abc.com.py/periodismo-joven/paralisis-del-sueno-cuando-la-prision-nocturna-se-apodero-de-mi-cuerpo-1818329.html>

<https://www.istockphoto.com/es/ilustraciones/despertando-de-pesadilla>

<https://www.abc.com.py/periodismo-joven/paralisis-del-sueno-cuando-la-prision-nocturna-se-apodero-de-mi-cuerpo-1818329.html>

<https://mx.depositphotos.com/vector-images/ni%C3%B1a-durmiendo-caricatura.html>