



**Nombre de alumno: ESTEFANI YOCELIN  
AGUILAR HERNANDEZ**

**Nombre del profesor: SANDY NAXCHIELY  
MOLINA ROMAN**

**Nombre del trabajo: SUPER NOTA**

**Materia: PSICOLOGIA GENERAL**

**Grado: 3ER CUATRIMESTRE**

# ESTADOS DE LA CONCIENCIA.

## ESTADOS DE LA CONCIENCIA: SUEÑO Y VIGÍIA.

### LA CRONOLOGIA DEL SUEÑO

SE ENCARGA DEL ESTUDIO DE LOS RITMOS CIRCADIANOS LOS CUALES SON CAMBIOS FISICOS, MENTALES Y CONDUCTUALES QUE SIGUE EN EL CIGLO

#### LA CONCIENCIA.

La conciencia es la capacidad propia de los seres humanos de reconocerse a sí mismos, de tener conocimiento y percepción de su propia existencia y de su entorno. En este sentido, la conciencia está asociada a la actividad mental que implica un dominio por parte del propio individuo sobre sus sentidos.

#### EVOLUCIÓN DEL ESTUDIO DE LA CONCIENCIA.

La primera etapa del desarrollo de la conciencia se produce antes de que el niño cumpla un año de edad. Durante este periodo, la conciencia del niño se llama despierta. Durante este período de desarrollo, el niño tiene las primeras reacciones a las manifestaciones del mundo exterior.

#### ESTADOS DE LA CONCIENCIA.

El estado de conciencia (también, estado de consciencia) es aquel en que se encuentran activas las funciones neurocognitivas superiores. Determina la percepción y el conocimiento del mundo psíquico de cada persona y del mundo circundante.

#### LOS RITMOS DE LA VIDA.

Nuestro cuerpo necesitará dormir entre 6 y 8 horas al día para descansar y reponerse. Y dentro de estas horas de sueño, el sueño tiene sus propios ritmos y fases: adormecimiento, sueño ligero, sueño delta y fase REM.

#### EL SUEÑO COMO ESTADO DE CONCIENCIA.

DEFINIMOS EL SUEÑO COMO UN ESTADO TEMPORARIO, FISIOLÓGICO Y REVERSIBLE, DE DESCONEJÓN PARCIAL DE LA CONCIENCIA, CON AUMENTO DEL UMBRAL DE RESPUESTA A LOS ESTÍMULOS EXTERIORES.

## CARACTERÍSTICAS DEL SUEÑO.

Los seres humanos pasan casi una tercera parte de sus vidas dormidos. Dicho periodo de tiempo en el que los humanos permanecen dormidos, ha estado llena de misterios que ahora los investigadores comienzan a develar. Los cambios en el sueño a lo largo de la vida, son una de las pistas que los investigadores utilizan para estudiar el sueño. El sueño es un ritmo biológico innato esencial para la supervivencia, de ahí la importancia de su estudio.

### EL ESTUDIO DEL SUEÑO.

Un estudio del sueño, también conocido como polisomnografía, es una prueba que mide y registra diferentes funciones corporales mientras usted duerme, como: Frecuencia respiratoria. Oxígeno en la sangre. Frecuencia cardíaca.

#### Alteración de la conciencia.

El término alteración de conciencia necesita precisar si define alteración del nivel y entonces el paciente podrá estar obnubilado, estuporoso, o en coma en sus distintos grados (superficial, profundo) o alteración del contenido, es decir estar confuso (desorientado tempero-espacialmente

### MOTIVACIÓN.

La motivación es la acción y efecto de motivar. Es el motivo o la razón que provoca la realización o la omisión de una acción. Se trata de un componente psicológico que orienta, mantiene y determina la conducta de una persona.

#### Emoción

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante.