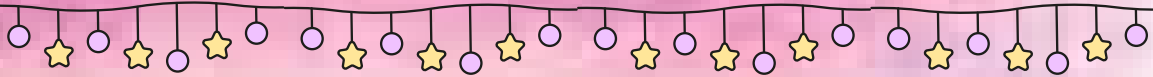
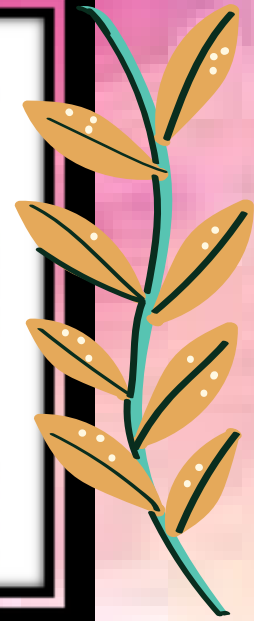




# UJVS

## Mi Universidad



# MAPA CONCEPTUAL



**Nombre del Alumno: Martínez Velasco Manuel Alejandro**

**Nombre del tema: Mapa Conceptual**

**Parcial: 4to**

**Nombre de la Materia: Psicología General**

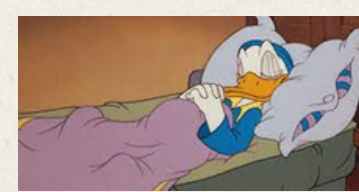
**Nombre del profesor: LUIS ANGEL GALINDO ARGUELLO**

**Nombre de la Licenciatura: Psicología General**

**Cuatrimestre: 3ro**



# ESTADOS DE LA CONCIENCIA: SUEÑO Y VIGILÍA.



## CRONOBIOLOGÍA

## FUNCIONES CORPORALES CON RITMOS CIRCADIANOS

## IMPORTANCIA DEL SUEÑO

## FUNCIÓN CEREBRAL Y COTIDIANIDAD DEL INDIVIDUO

DEFINICIÓN

SUEÑO/VIGILIA.

PROCESO REVERSIBLE Y NECESIDAD BIOLÓGICA Y FISIOLÓGICA.

EQUILIBRIO NEUROQUÍMICO DURANTE EL SUEÑO.

ESTUDIO DE LOS RITMOS CIRCADIANOS EN ORGANISMOS.

TEMPERATURA CORPORAL.

CAMBIO EN LOS ESTADOS DE CONCIENCIA Y ALERTA.

REGULACIÓN DE PROCESOS COGNITIVOS

RITMOS CIRCADIANOS

SECRECIONES HORMONALES.

ADAPTABILIDAD A CAMBIOS EN LOS RITMOS BIOLÓGICOS.

PAPEL CRUCIAL DEL SUEÑO EN LA FUNCIÓN CEREBRAL Y LA VIDA DIARIA.

CAMBIOS FÍSICOS, MENTALES Y CONDUCTUALES SIGUIENDO UN CICLO DIARIO.

EXCRECIÓN URINARIA DE POTASIO.

RELACIONADO CON OTROS CICLOS CIRCADIANOS.

CONDUCTA Y PROCESOS FUNDAMENTALES

REGULADOS POR LA LUZ Y LA OSCURIDAD EN EL AMBIENTE.

SECRECIÓN GÁSTRICA Y ÁCIDA RENAL.

ESTUDIO DEL FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO Y EL SISTEMA NERVIOSO.

PERCEPCIÓN DEL ENTORNO.



# CARACTERÍSTICAS DEL SUEÑO.



## SUEÑO HUMANO

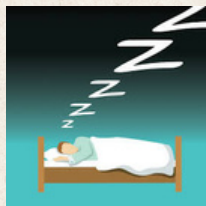
LOS SERES HUMANOS PASAN APROXIMADAMENTE UN TERCIO DE SUS VIDAS DORMIDAS.

PERÍODO LLENO DE MISTERIOS Y OBJETO DE INVESTIGACIÓN.

IMPORTANCIA DEL ESTUDIO DEL SUEÑO

CAMBIOS EN EL SUEÑO A LO LARGO DE LA VIDA COMO PISTAS PARA ESTUDIARLO.

EL SUEÑO ES UN RITMO BIOLÓGICO INNATO ESENCIAL PARA LA SUPERVIVENCIA.



## HISTORIA DEL ESTUDIO DEL SUEÑO

INVENCIÓN DEL ELECTROENCEFALÓGRAFO (EEG) POR HANS BERGER EN 1929.

DESCUBRIMIENTO DEL MOVIMIENTO OCULAR RÁPIDO (MOR) DURANTE EL SUEÑO.

SUEÑO MOR Y SUEÑOS

ASOCIACIÓN ENTRE EL SUEÑO MOR Y LA PROBABILIDAD DE REPORTAR SUEÑOS.

LOS SUEÑOS NO ESTÁN RESTRINGIDOS AL SUEÑO MOR: EL SUEÑO TIENE VARIAS ETAPAS.



## HÁBITOS DE SUEÑO: BÚHOS Y ALONDRAS

ANALOGÍA ENTRE LAS AVES BÚHOS (NOCTURNAS) Y LAS ALONDRAS (MAÑANERAS).

DIFERENCIAS EN LOS CICLOS DE SUEÑO-VIGILIA Y TEMPERATURA ENTRE BÚHOS Y ALONDRAS.

INFLUENCIA DE LAS DIFERENCIAS FISIOLÓGICAS EN LA VIDA DE LAS PERSONAS.

IMPACTO DE LOS HABITOS DE SUEÑO

PREFERENCIAS DE ESTUDIO Y ACTIVIDADES DIARIAS.

RELACIÓN CON LA SALUD Y OTROS ASPECTOS DE LA VIDA.





REFERENCIAS

ANTOLOGIA UDS