



**UDS**  
Mi Universidad

# PROCESO COGNITIVO

**NOMBRE DEL ALUMNO:** PEREYRA CALVO CAROL DENISSE

**TEMA:** LOS PROCESOS COGNITIVOS

**PARCIAL:** CUARTO.

**MATERIA:** INGLES IV.

**MAESTRO:** HERNÁNDEZ ORDÓÑEZ MIKE ANDERSON

**LICENCIATURA:** ENFERMERÍA.

**CUATRIMESTRE:** CUARTO.

*Frontera Comalapa, Chiapas a 03 de diciembre del 2024*

# COGNITIVE PROCESSES

Cognitive processes are the mental functions that allow us to process information. They have a specific function, since they allow us to process the information we receive from our environment and make decisions based on that information. They help us form and retrieve memories, concentrate and reason. Cognitive processes are essential for daily life and for our emotional and psychological well-being.

There are some types of cognitive processes that are classified as basic and superior. The basic ones are sensation, perception, attention and memory. While the superior ones are thought, language and intelligence. Other authors consider that cognitive processes are creativity and learning. Each of these cognitive processes is unique and plays an important role in the way we process information and make decisions.

**Sensation:** is the process that occurs through sensory receptors to capture stimuli from the internal and external environment. Sensory receptors are sight, smell, hearing, taste and touch. Each of them is important to be able to process information.

**Perception:** is the way we interpret and organize the sensory information we receive from the environment. In this process, needs, experiences and motivations are generated.

**Attention:** is the ability to concentrate on a specific stimulus and filter out irrelevant information. Without attention, cognitive processes could not be controlled, so it is important to previously generate some need, experience or motivation.

Types of attention:

**Selective attention:** is the one that requires concentration on a specific stimulus, ignoring other non-relevant stimuli.

**Automatic attention:** is unconscious and responds to internal or external stimuli.

**Divided attention:** is where attention is paid to several tasks simultaneously.

**Sustained attention:** is when concentration is maintained on a task or stimulus for a long period of time.

**Memory:** is the ability to store and retrieve information, to remember those activities that have been carried out in life, it is similar to learning.

Types of memory:

**Short-term memory:** is the one that retains for short periods of time the data necessary for actions that are carried out at that moment.

**Long-term memory:** is the one that retains for long periods of time, generally important knowledge of life is stored; within this are the recorded experiences and learned skills.

**Thought:** is the ability to generate ideas and carry out mental operations such as abstraction, categorization and inference. Ideas can be generated in a concrete or abstract way, all this by exercising skills through cognitive processes.

Language: is the expression of thought, that is, through language the ideas generated can be communicated through signs, symbols, gestures, either verbally or non-verbally. With language an abstract or concrete meaning can be given to objects or actions. Intelligence: is an innate human capacity to solve problems that arise in the environment, which is an essential characteristic for acquiring new knowledge. In this way, intelligence encompasses a set of skills that have to do with cognitive processes.

In short, cognitive processes are fundamental, since without them we cannot learn or develop skills, so knowing how they work is vital for our emotional and psychological well-being.

## LOS PROCESOS COGNITIVOS

Los procesos cognitivos son las funciones mentales que nos permiten procesar la información, estas tienen una función específica, ya que nos permiten procesar la información que recibimos de nuestro entorno y tomar decisiones basadas en esa información. Nos ayudan a formar y a recuperar recuerdos, a concentrarnos y a razonar. Los procesos cognitivos son esenciales para la vida diaria y para nuestro bienestar emocional y psicológico.

Existen algunos tipos de procesos de cognitivos que se clasifican en básicos y superiores. Los básicos son la sensación, la percepción, la atención y la memoria. Mientras que los superiores son, el pensamiento, el lenguaje y la inteligencia. Otros autores consideran que los procesos cognitivos son, la creatividad y el aprendizaje. Cada uno de estos procesos cognitivos es único y juega un papel importante en la forma en que procesamos la información y tomamos decisiones.

La sensación: es el proceso que se produce a través de los receptores sensoriales para captar los estímulos del medio interno y externo. Los receptores sensoriales son la vista, el olfato, el oído, el gusto y el tacto. Cada una de ellas son importantes para poder procesar la información.

La percepción: es la manera en que interpretamos y organizamos la información sensorial que recibimos del entorno. En este proceso se generan las necesidades, experiencias y motivaciones.

La atención: es la capacidad de concentrarse en un estímulo específico y filtrar la información irrelevante, sin la atención no se pudiera controlar los procesos cognitivos, por lo que es importante generar previamente alguna necesidad, experiencia o motivación.

Tipos de atención:

La atención selectiva: es la que necesita de concentración en un estímulo específico, ignorando otros estímulos no relevantes.

La atención automática: es de manera inconsciente y responde a estímulos internos o externos.

La atención dividida: es donde se presta atención a varias tareas simultáneamente.

La atención sostenida: es cuando se mantiene la concentración en una tarea o estímulo durante un largo periodo de tiempo.

La memoria: es la capacidad de almacenar y recuperar información, hacer memoria de aquellas actividades que se ha realizado en la vida, se asemeja con los aprendizajes.

Tipos de memoria:

Memoria a corto plazo: es aquella que retiene por periodos cortos de tiempo datos necesarios para acciones que se realizan en ese momento.

Memoria a largo plazo: es la que retiene por periodos amplios de tiempo, generalmente se depositan los conocimientos importantes de la vida; dentro de esta se encuentran las experiencias registradas y habilidades aprendidas.

El pensamiento: es la capacidad de generar ideas y realizar operaciones mentales como la abstracción, categorización y la inferencia. Se pueden generar ideas de manera concreta o abstracta, todo esto mediante la ejercitación de habilidades mediante los procesos cognitivos.

El lenguaje: es la expresión del pensamiento, es decir, mediante el lenguaje se pueden comunicar las ideas generadas mediante signos, símbolos, gestos, ya sea de manera verbal o no verbal. Con el lenguaje se puede dar un significado abstracto o concreto a los objetos o acciones.

La inteligencia: es una capacidad innata del ser humano para poder resolver problemas que se presenten en el entorno, la cual es una característica esencial para adquirir conocimientos nuevos, de esta manera, la inteligencia engloba un conjunto de aptitudes que tienen que ver con los procesos cognitivos.

En resumen, los procesos cognitivos son fundamentales, ya que sin ellos no se puede aprender o desarrollar habilidades, por lo que saber su funcionamiento es vital para nuestro bienestar emocional y psicológico.

