

**NOMBRE DE ALUMNO:** ALONDRA  
MONSERRAT AGUILAR DOMÍNGUEZ

**NOMBRE DEL PROFESOR:** LIC.  
ÓSCAR CARRERI ROMERO

**NOMBRE DEL TRABAJO:**  
ACTIVIDAD 2

**MATERIA:** MOTIVACIÓN Y  
EMOCIÓN

**GRADO:** 5<sup>º</sup> CUATRIMESTRE

**GRUPO:** LPS19EMC0123-A

# HOMEOSTASIS

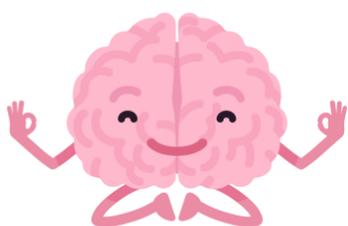
## ¿QUÉ ES?

Es un proceso que describe los mecanismos que mantienen constantes las condiciones del medio interno de un organismo, a pesar de grandes oscilaciones en el medio externo.

Se logra mediante mecanismos de retroalimentación:



## RETROALIMENTACIÓN NEGATIVA



Es un proceso mediante el cual un sistema regula su estado interno, minimizando desviaciones respecto a un punto de equilibrio.

Es una respuesta que reduce la intensidad de un estímulo inicial.

## EJEMPLO

Una persona siente ansiedad antes de un examen y usa técnicas de respiración para calmarse. Al reducir su nivel de ansiedad, su cuerpo y mente recuperan el equilibrio, evitando que el estrés se intensifique.



## RETROALIMENTACIÓN POSITIVA



Es un proceso en el cual una respuesta amplifica el estímulo inicial en lugar de reducirlo, generando un ciclo de aumento progresivo en la actividad del sistema.

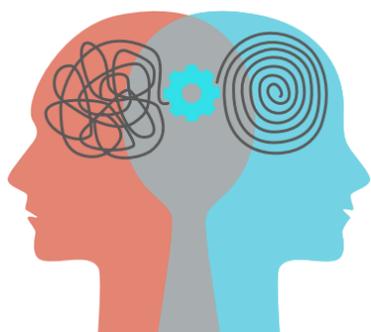
El cuerpo detecta un cambio y activa mecanismos que aceleran ese cambio.

## EJEMPLO

Una persona con ansiedad social evita situaciones sociales para sentirse mejor en el momento. Sin embargo, esta evitación refuerza su miedo, haciendo que su ansiedad aumente con el tiempo y dificultando aún más su interacción social.



## HOMEOSTASIS EN EL CUERPO HUMANO



- En la motivación, la retroalimentación positiva **refuerza el comportamiento** deseado.
- El condicionamiento operante de Skinner demuestra cómo la recompensa positiva **fortalece el comportamiento**.
- En educación, la retroalimentación positiva **mejora el aprendizaje** al generar confianza y reforzar las habilidades adquiridas.