



Mapa conceptual

Nombre del alumno (a): Gumerindo Pérez Pérez.

Nombre del tema: Mecanismos de regulación

Parcial: I

Nombre de la Materia: Motivación y emoción

Nombre del profesor: Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Trabajo social y gestión comunitaria.

Cuatrimestre: 5to.

27/01/2025/Pichucalco/Chiapas

MECANISMOS DE REGULACIÓN

Estos

Permiten a los seres vivos mantener en equilibrio sus condiciones internas a pesar de las variaciones climáticas del mundo exterior

Ya que

Todo ser vivo, tanto los organismos simples como los organismos evolucionados, realizan una serie de funciones diversas que deben ser coordinadas y reguladas para que se desarrollen adecuadamente.

Tipos de regulación

Regulación nerviosa y hormonal: Este tipo de coordinación verifica por medio de nervios sensitivos que conducen la sensación hasta el centro nervioso y de nervios motores que llevan la orden emanada de dicho centro hasta el órgano encargado de ejecutar.

Función reguladora del hipotálamo: Entre sus funciones está la de regular la temperatura del cuerpo, el balance de agua y controlar las vísceras

Regulación de la temperatura: en mi cuerpo humano la temperatura es constante, 37°C, esta temperatura interna permanece invariable o con muy ligeras variaciones en un estado normal.

Regulación del nivel de azúcar en la sangre: esta regula la concentración de azúcar en la sangre para que se mantenga constante a su nivel y se debe a un sistema homeostático que incluye el hígado, al páncreas, a las glándulas suprarrenal y al hipotálamo.

Mecanismos de regulación hormonal: Las hormonas mantienen el equilibrio entre el medio interno y externo del organismo.

En este caso

1. La secreción de algunas hormonas es regulada directamente por la necesidad de disponer de ella.
2. En algunos casos la respuesta de una glándula a nivel de la sustancia que ella regula tiende a ser lenta.
3. Un tercer sistema de autorregulación de la producción de hormonas o la ilustración la relación que existe entre la tirotropina y la tiroxina.

HOMEOSTASIS

Es

Apareció

Un estado de equilibrio y estabilidad en el que un organismo funciona de manera efectiva.

Por primera vez en los 1860, cuando el filósofo Claude Bernard, describió la capacidad que tiene el cuerpo para mantener y regular sus condiciones internas.

En las que se encuentran

Posteriormente

Funciones como la presión sanguínea, temperatura corporal, frecuencia respiratoria y niveles de glucosa sanguínea.

En 1933 Walter B. Cannon, acuñó la palabra homeostasis para describir los mecanismos que mantienen constante las condiciones del medio interno de un organismo a pesar de las grandes oscilaciones en el medio externo.

Es así

Retroalimentación negativa

Que las células de un organismo sólo funcionan correctamente dentro de un intervalo estrecho de condiciones como temperatura, PH, concentración iónicas y accesibilidad a nutrientes; y deben sobrevivir en el medio en que estos parámetros varían hora con hora y día con día.

En este caso los sistemas corporales controlados homeostáticamente son mantenidos por asas de retroalimentación negativa en un intervalo pequeño alrededor de un valor de referencia, y cualquier cambio desviación de esos valores normales es contrarrestada.

Retroalimentación positiva

Así

Es un proceso por el que el cuerpo detecta un cambio de activa mecanismos que aceleran ese cambio.

Las tasas de retroalimentación negativa requieren un receptor un control central y un efector. El receptor es la estructura que mide las condiciones internas, el control central mayormente es el cerebro y los efectores son músculos, órganos y otras estructuras que cuando reciben señales del cerebro u otro centro de control, cambian su función para corregir la desviación.

REGULACIÓN DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Consta

Ejemplo

De una serie de mecanismos, estrategias y acciones, a partir de las cuales se cumple el objetivo de obtener nutrientes para mantener el equilibrio energético e incorporar los elementos necesarios para que el organismo se desarrolle adecuadamente.

El apetito: Que consiste en la sensación agradable de ingerir determinados alimentos que se refieren generalmente a la garganta y puede ser invocada por el recuerdo, por el olfato y por la vista.

Además

Por ello

El pensamiento actual sobre el papel del cerebro en la alimentación es a menudo origen del concepto de homeostasis inicialmente por supuesto por Claude Bernard; este mecanismo de homeostasis es manejado en dos tipos de señales, tónicas y episódicas.

El factor psicológico interviene en la pérdida de peso, así como en el mantenimiento a largo plazo, por su parte la saciedad es la sensación de plenitud insatisfacción física y psíquica de estar pleno luego de la ingesta de alimentos.

Episódicas

Tónicas

Este tipo de señales son aquellos que aumentan desde los depósitos tisulares, especialmente del tejido adiposo, y reflejan lo que a menudo se llama señalización a largo plazo; que incluye la leptina, la insulina, ciertas citoquinas y posiblemente la amilina y la adiponectina.

Surgen en gran medida del tracto gastrointestinal y son generalmente periódicas por el acto de comer, estas señales muestran un ritmo sincronizado con la ingesta y los componentes químicos.

De este modo

Con la integración de las señales tónicas y episódicas se refleja el reconocimiento del cerebro como un estado dinámico entre los depósitos de energía y el flujo de nutrientes derivados de la ingesta, y la vía de detección de las señales episódicas.

TEORÍA DEL PROCESO Oponente Y SUS APLICACIONES

Los cambios en las respuestas emocionales complejas

La repetición de un estímulo e licitante origina cambios en los sistemas de respuesta relativamente simple, pero numerosos estímulos producen en el organismo diferentes efectos muchos más complejos que hablas de respuesta de sobresalto u orientación.

Teoría de la motivación del proceso oponente

Consideremos, por ejemplo, las reacciones de un adolescente al que se le deja Por Primera Vez un coche, el principio se pondrá muy contenta y excitada, esta excitación seguirá presionando conforme pase el tiempo no obstante seguirá contenta.

De este modo

La aparición del estímulo activador de la emoción como puede ser recibir un coche, suscita una respuesta emocional intensa, qué rápidamente alcanza su punto máximo; esta reacción extrema va seguida de una fase de adaptación, durante la cual la respuesta emocional disminuye un poco hasta alcanzar el nivel de equilibrio.

Mecanismos de la teoría del proceso oponente

La teoría del proceso oponente de la motivación sostiene que los mecanismos neurofisiológicos que interviene en la conducta emocional actúan para mantener la estabilidad emocional, según esta teoría, una función importante de los mecanismos que controlan la conducta emocional es minimizar las desviaciones de la neutralidad.

Patrón estándar de la dinámica afectiva. Patrón de cambios afectivos ante estímulos habituales

En el momento que alguien se ha acostumbrado a tener un coche su falta le originaría malestar intenso, así pues, el patrón de cambios emocionales producidos por un estímulo activador de emociones al que se estaba habituado es diferente, a una respuesta emocional suave.

Así pues

Para mantener un sistema en un estado estable o neutral requiere una perturbación que fuerza al sistema a salir de la neutralidad, se encuentre con una fuerza opuesta que contrarreste esta perturbación

De este modo

La teoría del proceso oponente sostiene que la presencia de un estímulo activador de emociones suscita inicialmente lo que se ha llamado proceso primario, qué es el responsable de la calidad de estado emocional qué se verifica en presencia del estímulo.

CONDUCTA INSTINTIVA

En este caso

El instinto es una disposición psicofísica Innata que incita al sujeto a actuar de una forma determinada frente a un estímulo o un objeto.

En el reino animal debe seguir las siguientes características

- Ser innata: No precisar de un aprendizaje nuevo.
- Ser fijada: Tener lugar siguiendo unas pautas de comportamiento invariables y fijas.
- Ser específica: Qué ocurre siempre ante un determinado estímulo.
- Tener un sentido de supervivencia para el sujeto.

Ya que

La conducta animal se desarrolla básicamente en función de los instintos, de forma automática y sin que el sujeto tenga conciencia de ello.

Aunque en el ser humano persisten un gran número de patrones instintivos, generalmente el impulso instintivo pasa por el filtro de la razón, por lo que, es capaz de modificar, anular o reprimir la conducta instintiva.

Por el contrario

Pero

Si comparamos la actitud de un niño pequeño con la de un adulto, notaremos que el primero se moverá siguiendo únicamente sus apetencias, sin control, mientras que el segundo valorará si es o no el momento adecuado para satisfacerlas; pero este control es fruto de un aprendizaje y una educación, que en cierto modo, regulan los instintos.

Clasificación del instinto en el ser humano

Instintos vitales: Son los más primarios y más comunes entre los seres humanos y animales, incluye instinto de nutrición, instinto sexual, instinto de lucha y huida, instinto de guarida y búsqueda de calor.

Instintos de placer: Son más comunes de los seres humanos, tienen como finalidad el proporcionar placer y aumentar el bienestar individual.

Instintos sociales: Incitan al individuo a la formación de colectividades y a situarse dentro de las mismas con un cierto rango.

Instintos culturales: Más propios del ser humano culto y civilizado; entre ellos destaca la ambición de saber, las inclinaciones artísticas, la investigación, las tendencias filosóficas y religiosas, etc.

INSTINTO Y APRENDIZAJE

Definición de instinto

Teoría instintiva de Freud

Es un conjunto complejo de relaciones exteriores, determinadas, hereditarias, comunes en todos los individuos de una misma especie y adaptadas a una finalidad de que el ser que actúa no tiene generalmente conciencia.

Creía que la personalidad se basa impulsos biológicos, principalmente de naturaleza sexual y agresivo, enraizados en el cuerpo con su constitución hereditaria inalterable.

Además

Abraham Maslow

Opina que la naturaleza humana es esencialmente buena, pero que la tendencia innata hacia el crecimiento y autorrealización es frágil y débil; y es vencida con facilidad por las presiones sociales.

Aunque Freud enfatizó el papel del instinto sexual en el desarrollo de la personalidad, no fue el único que identificó, ya que más allá del instinto del placer distingue dos grupos principales e instintos; los instintos de vida que incluyen lo libido y los instintos de muerte que comprenden principalmente en la agresión.

Según

Así

Maslow, las necesidades innatas de una persona guardan un orden jerárquico, que, al satisfacer las necesidades de un nivel, adquieren prioridad las del siguiente.

En la cúspide de la jerarquía de necesidades se halla la necesidad de trascendencia, que corresponde al sexto nivel; Maslow añadió este nivel supremo para representar la necesidad humana definitiva que supera la autorrealización, la búsqueda de identidad, la cual supera incluso a la esencia humana de cada cual.

Aprendizaje

Se define como un cambio relativamente permanente en la conducta producido por la experiencia.

Thorndike

Se valió de diversos animales, como gatos, perros, etc.... para sus experimentos sobre el aprendizaje.

Experimento de Thorndike

Según Thorndike

El animal aprende haciendo, aunque sin saber lo que hace, sin comprender el problema que se ha presentado, sino por un proceso de asociación puramente mecánica; ya que, el animal va formando poco a poco una asociación entre el conjunto de sensaciones provocadas en él por el interior de la jaula y el movimiento instintivo que conducen al triunfo.

Consiste en colocar un gato hambriento en una caja, fuera de esta a la vista del animal, pero sin que éste puede alcanzarla se pone un poco de comida; en esas condiciones la actividad del gato es frenética, trata de sacarse por entre los barrotes de la jaula, saca las patas por las aberturas, arañar la puerta y muerde los hilos y los alambres, en el curso de esas actividades el gato realiza accidentalmente por casualidad el movimiento preciso que abre la puerta de la caja. El experimentador toma el tiempo empleado por el animal en salir del encierro y lo vuelve a colocar dentro de la jaula donde se repite la misma actividad, hasta que llegue el momento en que hace girar enseguida el pestillo liberador sin realizar ningún movimiento inútil y se dice entonces que el gato ha aprendido a salir de la caja.

CONDUCTA SOCIAL

Se define como

Aquellas conductas que están orientadas hacia el ámbito social compartido por todos los seres humanos en función del ámbito de observación.

Que son conductas sociales aquellas que son relacionadas con los componentes de sistema social incluida: las conductas relacionadas al trabajo, las conductas relacionadas al dinero, las conductas relacionadas al ambiente, las conductas relacionadas al bienestar social y los estilos de vida.

Además

Estas fuerzas están conformadas por el impacto resultante de las acciones individuales de todos los seres humanos que conforman el sistema social, las consecuencias en el desenvolvimiento del sistema social de este impacto mencionado, es lo que determina la adaptación o desadaptación de la conducta social.

Estas

Conductas sociales implican la conexión con otros seres humanos en relación con los ámbitos o subsistemas en que puede dividirse la sociedad para su estudio y comprensión de esa cohesión entre seres humanos, que en términos generales tienen un patrón variable pero que se comporta cíclicamente en todos los sistemas componentes de la sociedad.

Por ello

El mundo externo ofrece, a través del modo de vida actual derivado del capitalismo y el materialismo, toda una infinidad de estímulos materiales que favorecen la conformación en los seres humanos de necesidades materiales, que en relación a la intensidad y repetitividad de su satisfacción está muy por encima de lo que en realidad necesitamos los seres humanos materialmente.

Esto

Genera que, dentro de los mecanismos del sistema social, unos obtengan en exceso bienes materiales y otros no tengan lo necesario para vivir, producto de puntos de inflexión en los que mecanismos de distribución de los ingresos y productos también de que gran cantidad de seres humanos, viven impulsados desde ese interno a tener necesidades cuasi compulsivas de adquisición de bienes materiales.

De este modo

Las emociones se correlaciona con las tendencias y cuando el egoísmo traspasa la esfera de lo necesario para la conservación y se instaura en el ego, impulsa la gama de sentimientos del querer todo para sí mismo; en ese caso particular la satisfacción de las necesidades materiales sustentadas a través de una conducta individualista y competitiva e impulsada por una filosofía política y económica capitalista extrema, se constituye en la justificación intelectual de la pugna interna compartida por todos los seres humanos para poder liberar el egoísmo sin culpa sociales

Síntomas sociales

El hambre, la erosión de los ecosistemas, las guerras y enfrentamientos por los recursos energéticos, la falta de puestos de trabajo, la exclusión social, etc.... son la evidencia del padecimiento de un trastorno psicosocial de envergadura, el cual, como sociedad no aceptamos conscientemente; y para qué podamos superarlo debemos poner en marcha la voluntad para superar el nivel de egoísmo que a cada ser humano nos compete y tener una conducta social distinta.

Estas

Es por ello

Están estrechamente relacionadas con la conducta; ya que las personas somos seres emocionales y no nos podemos desvincular de los que sentimos, por ello nuestros sentimientos nos van a definir y van a determinar nuestra conducta, por lo que, estas emociones van a tener efectos tanto positivos como negativos.

Importante procurar un equilibrio emocional y dotar los ambientes de emociones positivas tanto para el bienestar como para las conductas positivas.

Efectos negativos

Influencia de las emociones

Cuando experimentamos una emoción negativa nuestro pensamiento se ve dominada por la misma y esto determina nuestra conducta, ya que las emociones son inherentes al ser humano y tiene una función importante para la adaptación y la supervivencia, pues el mundo actual requiere otro tipo de respuesta conductual ante las emociones.

Cuando aparece una emoción determinada y se vuelve intensa, nuestro pensamiento se distorsiona, nuestros puntos de vista se centran en la emoción que experimentamos; a su vez estos pensamientos, que hacen referencia a interpretaciones sesgadas y distorsionadas de la realidad, contribuyen a amplificar la emoción y hacerla más intensa entrando en un círculo que se retroalimenta. Provocando determinadas manifestaciones en nuestro comportamiento.

LAS EMOCIONES COMO REGULADORES DE LA CONDUCTA SOCIAL

Se define como

La capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, esto supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento.

Los micros competencias que la configuran

Expresión emocional apropiada: Es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada, esto implica comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa, también incluye el hábito para mantener en cuenta en el momento de relacionarse con otras personas.

Regulación de emociones y sentimientos: Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados, lo que incluye regulación de la impulsividad, tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos, capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior.

Habilidades de afrontamiento: Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto con las emociones que generan.

Competencia para autogenerar emociones positivas: Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas, para disfrutar de la vida.

EMOCIÓN Y ADAPTACIÓN: PAPEL ADAPTATIVO DE LAS EMOCIONES

Concepto de emoción

Ya lo decían Wenger, Jones y Jones "Casi todo el mundo piensa que sabe que es una emoción hasta que intenta definirla, en ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla"

Las emociones en sí son, un proceso fisiológico y de comportamiento propiamente innato, a pesar de esto, algunos pueden ser adquiridas por medio de la observación de las personas de nuestro entorno.

Los tres comportamientos fundamentales

Reeve y sus tres funciones importantes

Adaptativa: Cada emoción tiene su propia utilidad.

Motivacional: Energiza la conducta motivada que se realiza de una forma más vigorosa y eficaz.

Comunicativa: Abarca la comunicación intrapersonal y la interpersonal, de la intrapersonal obtenemos información propia, en cambio, en las interpersonal se presta atención a la comunicación verbal y no verbal que influye en la conducta de los demás.

1. **Cognitivo:** Componente consciente o inconsciente que se basa en la valoración subjetiva de un acontecimiento.
2. **Neurofisiológico:** Totalmente involuntario abarca emociones tales como los temblores o el sudor.
3. **Conductual:** Puede ser voluntario o involuntario.

En definición

Las emociones son una respuesta emocional de sensaciones agradables y desagradables, que diferencia e intensidad y duración.

Bibliografía

UDS, Universidad. (2025). Mecanismo de regulacion . *Antología motivación y emoción* , 35-60.