



Mapa Conceptual

Nombre del alumno (a): Diana Gabriela Gómez Gómez

Nombre del tema: Mecanismo de regulación.

Parcial: I ero

Nombre de la Materia: Motivación y Emoción

Nombre del profesor: Lic. Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Lic. Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Cuatrimestre: 5to

Pichucalco, Chiapas a 15 de enero de 2025

Mecanismos de Regulación de los Organismos

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

Regulación Nerviosa y Hormonal

Muchos estímulos provocan una respuesta inmediata, Un pinchazo en la mano provoca el retiro de la parte afectada inmediatamente.

Es necesario

Un tipo de control rápido que alerte el organismo frente a la realidad.

Se considera que

La coordinación se 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 ejecutarla.

Función Reguladora del Hipotálamo

El hipotálamo es una zona profunda ubicada en la parte inferior del cerebro, debajo del tálamo

Comprende

Los Cuerpos Mamilares, el infundíbulo y el quiasma óptico.

Entre sus funciones

Está la de regular la temperatura del cuerpo, el balance de agua y controlar las vísceras.

Regulación de la Temperatura

En el cuerpo humano la temperatura es constante 37°C

Se considera que

Esta temperatura es interna del cuerpo y permanece invariable o con muy ligeras variaciones en estado normal

Sin embargo

En el medio externo existen temperaturas de congelación o bien temperaturas veraniegas de más de 40°C.

Regulación del Nivel de Azúcar en la Sangre

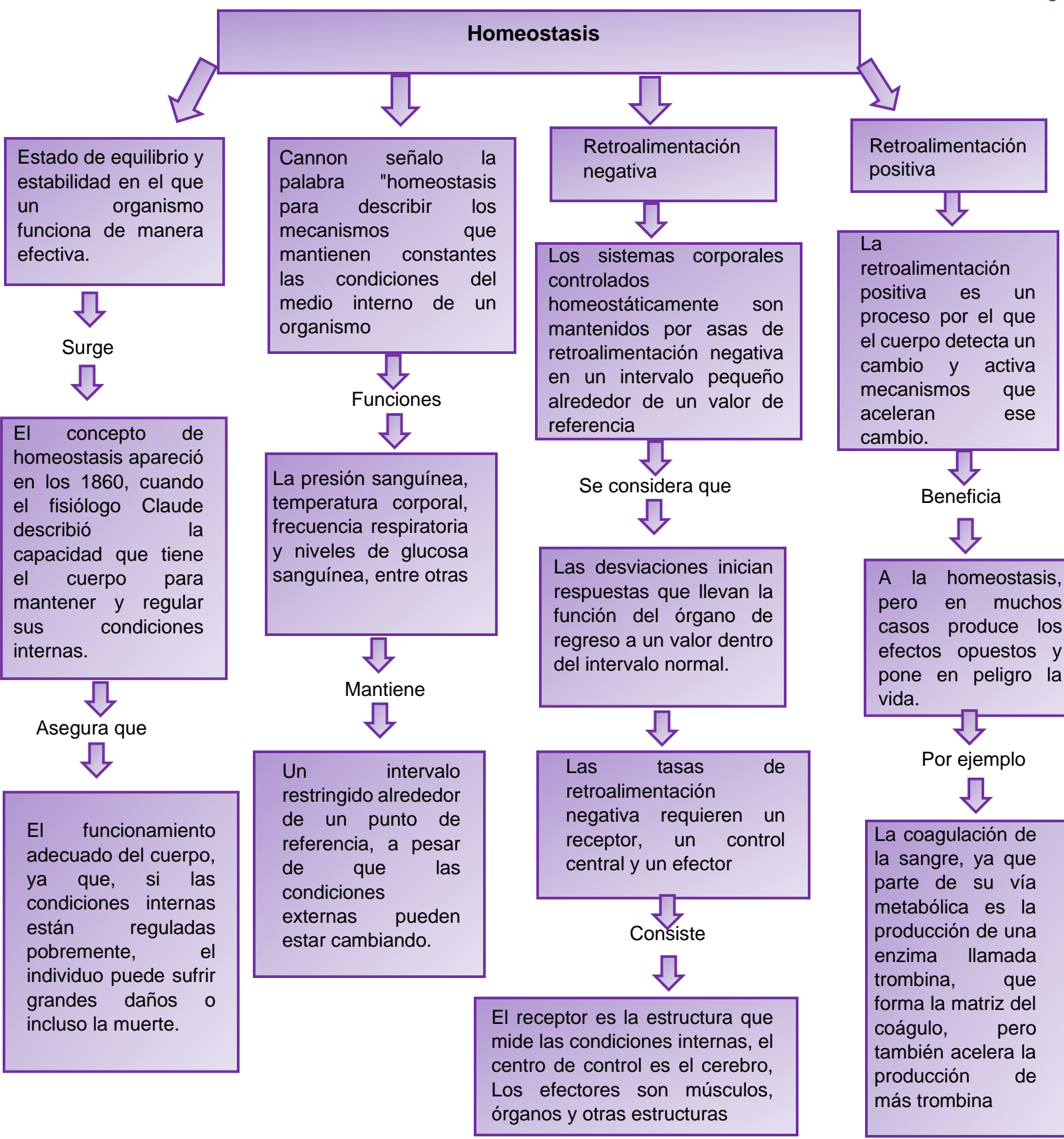
La regulación de la concentración de azúcar en la sangre para que se mantenga constante a su nivel

Se debe

A un sistema homeostático que incluye el hígado, al páncreas, a las glándulas suprarrenales y al hipotálamo

El mecanismo funciona como sigue; Los alimentos que introducimos en el cuerpo son transformados en glucosa mediante los procesos de la digestión.

Mecanismos de Regulación Hormonal: Las hormonas mantienen el equilibrio entre el medio interno y externo del organismo es decir el Homeostasis.



Regulación de la conducta alimentaria

La conducta alimentaria consta de una serie de mecanismos, estrategias y acciones a partir de las cuáles se cumple el objetivo de obtener nutrientes

Mantiene

El equilibrio energético e incorporar que son los elementos necesarios para que el organismo se desarrolle adecuadamente.

El apetito es un reflejo condicionado por la experiencia; el hambre es primitiva y fisiológica

Consiste

En la sensación agradable de ingerir determinados alimentos que se refieren generalmente a la garganta y puede ser evocada por el recuerdo, por el olfato y por la vista

El factor psicológico influye en la pérdida de peso, así como en el mantenimiento a largo plazo.

Se considera que

La saciedad es la sensación de plenitud y de satisfacción física y psíquica de estar pleno luego de la ingesta de alimento.

Se clasifican en

Las señales tónicas son aquellas que aumentan desde los depósitos tisulares, especialmente del tejido adiposo, y reflejan lo que a menudo se llama señalización a largo plazo.

Las señales químicas incluyen la leptina, la insulina, ciertas citoquinas y posiblemente la amilina y la adiponectina.

Las señales episódicas surgen en gran medida del tracto gastrointestinal y son generalmente periódicas por el acto de comer

Muestran

Un ritmo sincronizado con la ingesta y los componentes químicos incluyen la Colecistoquinina, el Péptido Símil Glucagon, la Oxintomodulina, la Ghrelina, entre otros péptidos hormonales liberados por células y del tracto gastrointestinal

La integración de las señales tónicas y episódicas refleja el reconocimiento del cerebro como un estado dinámico entre los depósitos de energía y el flujo de nutrientes

La integración es una instancia en el conjunto de vías neurales que se extienden desde el núcleo solitario y el área postrema en la parte posterior del cerebro, hacia el núcleo hipotalámico en el encéfalo basal

Este sistema de señales refleja el estado metabólico del tejido adiposo y se argumenta que se comporta como una unidad en la alimentación de la homeostasis energética.

Teoría del Proceso Oponente y sus aplicaciones

Los cambios en las respuestas emocionales complejas

La repetición de un estímulo licitante que origina cambios en los sistemas de respuesta relativamente simples

Se considera que

Numerosos estímulos producen en el organismo efectos mucho más complejos que las respuestas de sobresalto u orientación

Sin embargo

Un estímulo puede evocar amor, miedo, euforia, terror, satisfacción, incomodidad, o una combinación de estas emociones.

La teoría de la motivación del proceso oponente

Todos los diferentes estímulos activadores de la emoción provocan tipos diferentes de respuestas emocionales

Sin embargo

Todos los patrones de cambios emocionales parecen tener ciertas características comunes conocido como patrón estándar de la dinámica afectiva.

Consiste en

La aparición del estímulo activador de la emoción, como puede ser recibir un auto, suscita una respuesta emocional intensa, que rápidamente alcanza su punto máximo

El estado emocional se transforma rápidamente y aparecen unos sentimientos contrarios a los que se producían en presencia del estímulo

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

Si alguien está acostumbrado a realizar una actividad específica y recibe un objeto relacionado, no experimentará la emoción que sintió al principio.

Consiste en que

El patrón de cambios emocionales producidos por un estímulo activador de emociones al que se estaba habituado es diferente del modelo estándar de la dinámica afectiva

Se considera que

En el patrón habituado de respuesta el estímulo suscita solamente una respuesta emocional suave

Sin embargo, la porrección afectiva es mucho más fuerte que en el patrón estándar

Mecanismos de la teoría del proceso oponente

La teoría del proceso oponente de la motivación sostiene que los mecanismos neurofisiológicos que intervienen en la conducta emocional actúan para mantener la estabilidad emocional

Se considera que

Esta teoría es una función importante de los mecanismos que controlan la conducta emocional es minimizar las desviaciones de la estabilidad emocional

Sostiene que

La presencia de un estímulo activador de emoción suscita inicialmente lo que se ha llamado proceso primario o proceso "a", que es el responsable de la calidad del estado emocional que se verifica en presencia del estímulo

Conducta instintiva

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

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

El control es fruto de un aprendizaje y una educación que, en cierto modo, regulan los instintos. Es decir, se aprende a controlar los instintos, pero no la conducta instintiva en sí, que es innata.

Suelen ser

Innata: Es decir, no precisa de un aprendizaje previo

Fijada: Esto es, tener lugar siguiendo unas pautas de comportamiento invariables y fijas

Específica: Que ocurre siempre ante determinados estímulos internos o externos

Tener un sentido de supervivencia para el sujeto o sus allegados

Se considera que

En la conducta humana persisten un gran número de patrones instintivos, aunque, por su capacidad de racionalización, gran parte de la vida instintiva del ser humano ha sufrido un proceso de complejidad

En el ser humano el impulso instintivo pasa por el filtro de la razón, por lo que, voluntariamente, es capaz de modificar, anular o reprimir la conducta instintiva

En los animales los instintos constituyen el motor de su vida, en el ser humano éstos pasan a un segundo plano, situándose tras los actos voluntarios y conscientes

Se clasifica

Instintos vitales: Tienen por finalidad la conservación de la existencia del sujeto, de su familia o de su especie

Instintos de placer. Son típicos del ser humano, aunque algunos animales, los más evolucionados, pueden poseerlos también en sus patrones de conducta. 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 como lo son la necesidad de compañía, de prestigio, de poder y de propiedad.

Instintos culturales. Más propios del ser humano culto y civilizado. Entre ellos destacamos la ambición de saber, las inclinaciones artísticas, la investigación, entre otros

Instinto y Aprendizaje

El instinto es un conjunto complejo de reacciones exteriores, determinadas, hereditarias, comunes a todos los individuos de una misma especie y adaptadas a una finalidad de al que el ser que actúa no tiene generalmente conciencia

Se considera que

Teoría instintiva de Freud creía que la personalidad se basa en impulsos biológicos, principalmente de naturaleza sexual y agresiva, enraizados en el cuerpo con su constitución hereditaria inalterable

Se enfoca en

El papel del instinto sexual en el desarrollo de la personalidad, éste no fue el único que identificó

Distingue dos grupos principales de instintos: Los instintos de vida (Eros) que incluyen (energía sexual) y Los instintos de muerte (Thanatos), que comprende principalmente la agresión

Abraham Maslow

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

Distinguió

Entre motivación de crecimiento que hace que las personas superen lo que han hecho y lo que han sido en el pasado

Las necesidades innatas de una persona guardan un orden jerárquico, satisface las necesidades de un nivel y adquieren prioridad de las del siguiente

Aprendizaje

El aprendizaje se define como un cambio relativamente permanente en la conducta producido por la experiencia (aciertos y errores)

Se considera

Esta forma de aprendizaje ha sido investigada por los psicólogos norteamericanos mediante dos técnicas especiales: la de las cajas rompecabezas y la de los laberintos

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

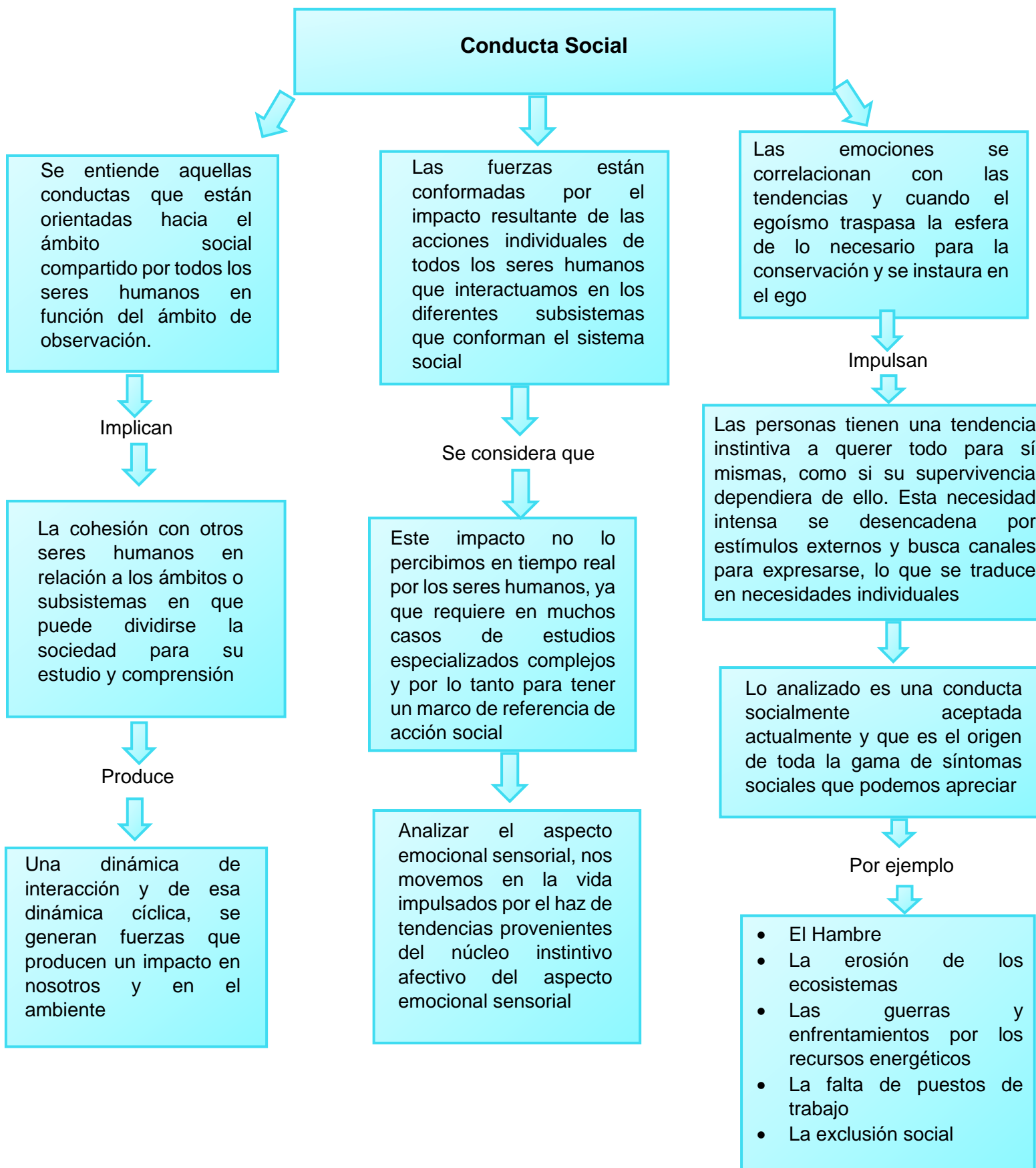
La teoría mecanicista del aprendizaje

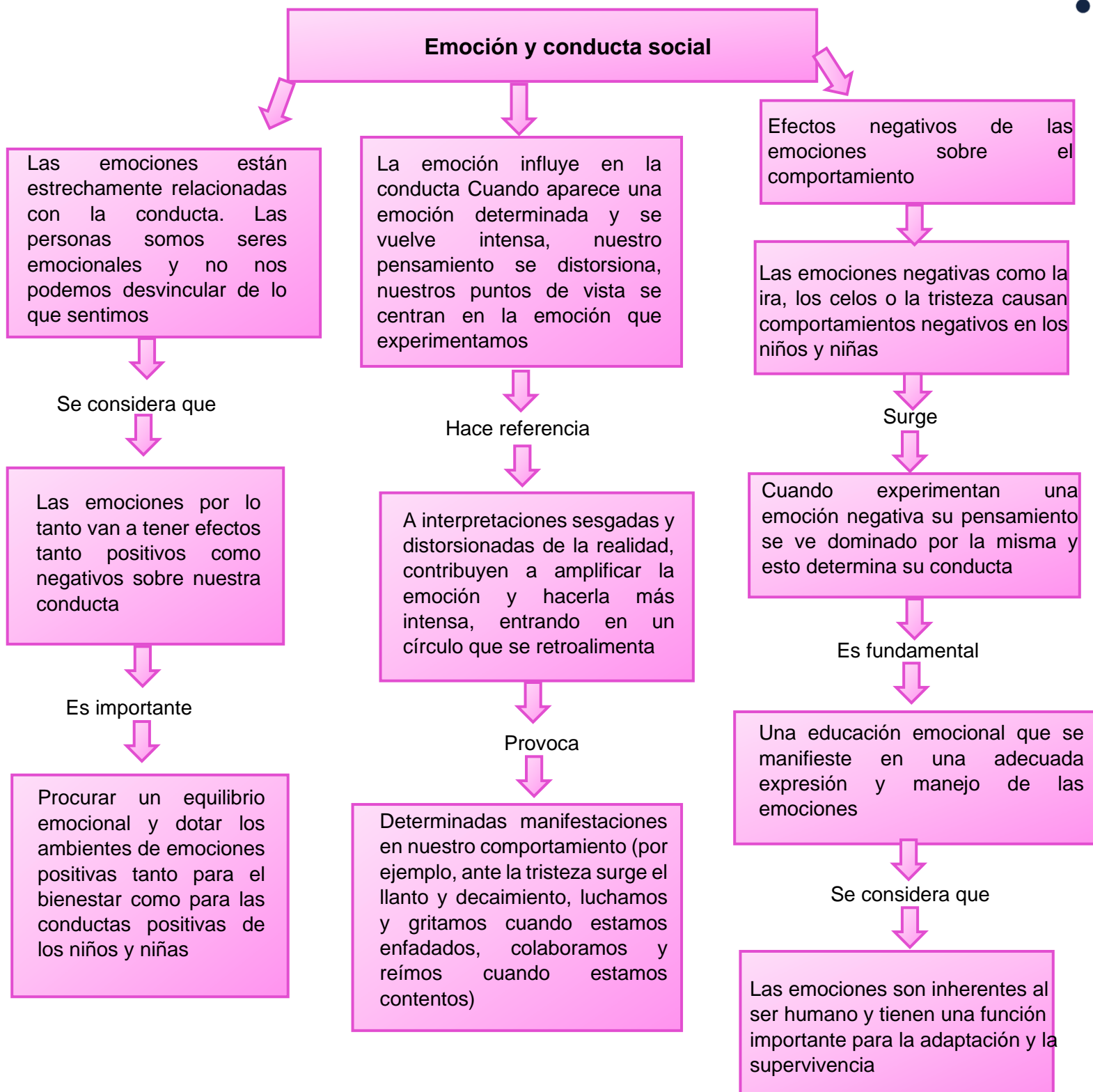
La conducta del animal encerrado en la jaula no se detiene a reflexionar sobre la situación problemática ni trata de resolverla mediante un proceso mental, sin que realiza una serie de movimientos impulsivos y desordenadas

Que conlleva

A todo animal por instinto puesto en esta situación; encerrado hambriento y con la comida a la vista

El animal, según Thorndike, aprende haciendo, aunque sin saber lo que hace, sin comprender el problema que se le ha presentado.





Las emociones como reguladores de la conducta social

Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada ayuda a tener conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, entre otras

Expresión emocional apropiada

Es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada

Implica

La habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa

Se refiere que

En niveles de mayor madurez, supone la comprensión del impacto que la propia expresión emocional y el propio comportamiento, puedan tener en otras personas

Regulación de emociones y sentimientos

Es la regulación emocional propiamente dicha. Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados

Incluye

Regulación de la impulsividad, tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos, perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades, capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior, entre otros

Habilidades de afrontamiento

Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan

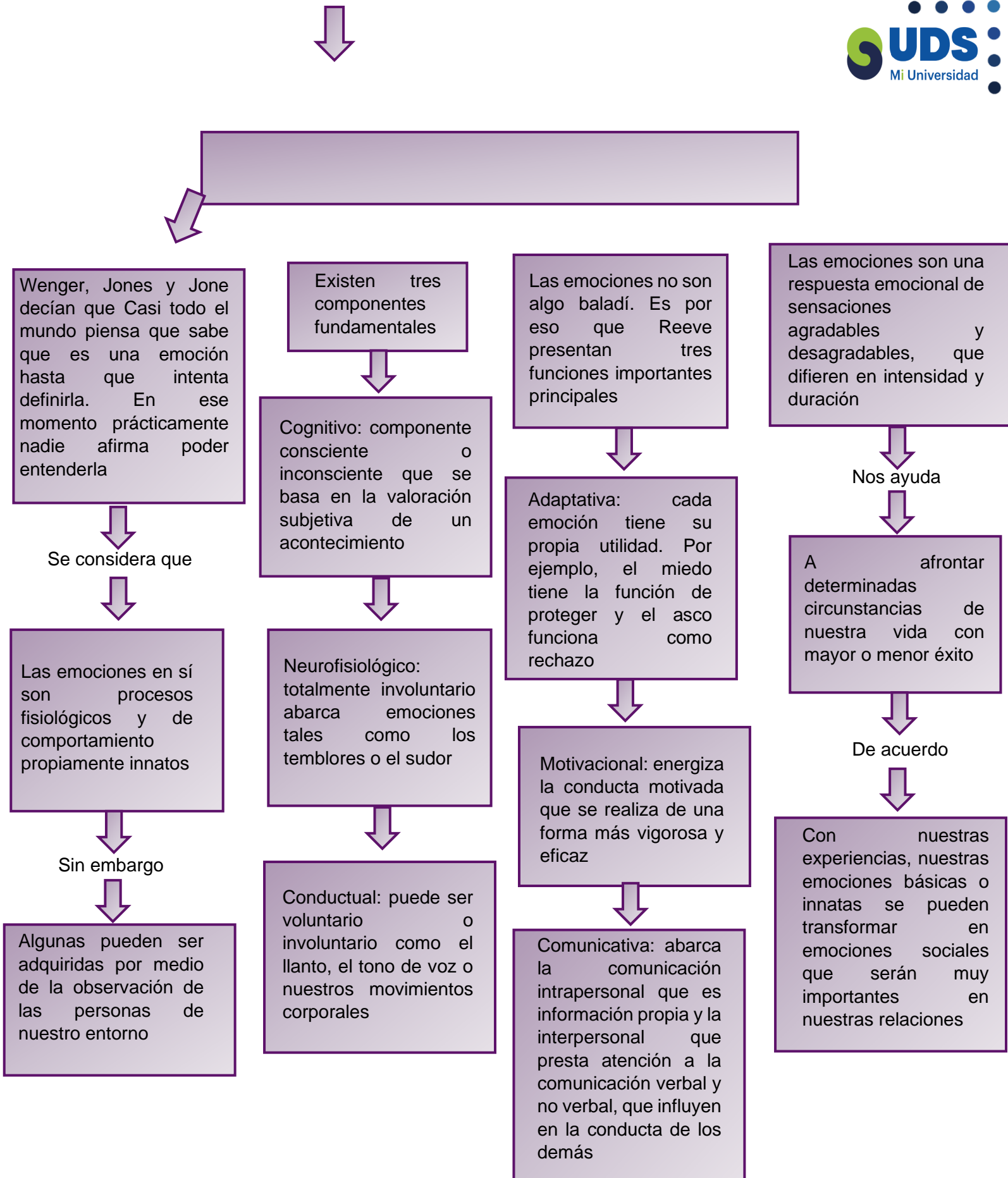
Implica

Estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales

Competencia para autogenerar emociones positivas

Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas y disfrutan la vida

Capacidad para autogestionar el propio bienestar emocional en busca de una mejor calidad de vida



Bibliografía

UNIDAD 2 MECANISMOS DE REGULACIÓN. (2025). En UDS, *ANTOLOGIA MOTIVACION Y EMOCION* (págs. 35-49, 54-60). COMITAN DE DOMINGUEZ .

