Cuadro Sinóptico

Maestría: Psicología General

Materia: Psicología general

Alumno (@): Hector Alejandro Lopez Lopez

Profesor (@): Luisa Bethel Lopez Sánchez

Tema: Estados de la conciencia

Fecha: 14/06/2025

Estados de la conciencia

La consciencia

- La cronobiología se encarga del estudio de los ritmos circadianos, los cuales son cambios físicos, mentales y conductuales que siguen un ciclo diario y que responden, a la luz y a la oscuridad en el ambiente de un organismo.
- La comprensión de la conducta permite el estudio de los procesos fundamentales: el funcionamiento del cerebro y del sistema nervioso, y la percepción del entorno.

Estados de la conciencia: sueño y vigia

- La conciencia podría iniciarse cuando abrimos los ojos por primera vez y nos encontramos frente a nuestro entorno y experimentamos lo personal (nuestro yo) y lo exterior (el ambiente) como dos naturalezas distintas que se afectan.
- La conciencia nos permite crear metáforas, concebir posibilidades, expandir nuestra existencia. Nuestra representación simbólica de la realidad nos habilita para extraer conclusiones y elaborar nuevos conocimientos a partir de los que ya tenemos.

Evolución del estudio de la conciencia

- La Biología evolutiva es una piedra angular de las ciencias de la vida y por ende de las neurociencias y, sin embargo, el surgimiento de la conciencia durante la evolución sigue siendo poco claro.
- Darwin se preguntó sobre el origen de la conciencia y después del Beagle, sus investigaciones sobre esta cuestión claramente le causaron fuertes dolores de cabeza.

Estados de la conciencia

Estados de la conciencia

El estado de conciencia es un concepto que tiene dos grandes componentes: Estado normal de la conciencia - - Estado asociado a la mayor parte de las horas de VIGILIA. Contenido de la conciencia - Se asume que para dirigir la atención hacia dentro o hacia fuera, un organismo debe estar alerta.

Los ritmos de la vida

Pero no solo a nivel solar o de estaciones, nosotros los seres humanos también tenemos nuestros propios ritmos. Nuestro cuerpo necesitará dormir entre 6 y 8 horas al día para descansar y reponerse.

Los continuos cambios corporales llamados “ritmos biológicos” influyen en la habilidad para sentir y percibir los estímulos.