



# Cuadro sinóptico

**Nombre del Alumno:** *Elisa Álvarez Álvarez.*

**Nombre del tema:** *Estados de la conciencia, conciencia, teorías, y evolución.*

**Parcial:** *Primero.*

**Nombre de la Materia:** *Psicología general.*

**Nombre del profesor:** *Luisa Bethel López Sánchez.*

**Nombre de la Licenciatura:** *Psicología.*

**Cuatrimestre:** *Tercero.*

# ESTADOS DE LA CONCIENCIA

## RITMO CIRCADIANO.

- Ultradianos.

Conocido como reloj biológico, es un ciclo de 24 horas.

- 

- 

Sueño.  
Vigilia.  
Temperatura corporal.  
Secreciones hormonales.

- Circadianos.

Menos de 24 horas, frecuencia alta.

Etapas del sueño.  
Respiración.  
Actividad cardíaca.

- Infradianos.

Más de 24 horas, frecuencia baja.

Ciclo menstrual en la mujer.

## EVOLUCIÓN.

- Conciencia

Se define como la percepción o el conocimiento de algo.

Evolucionó con el desarrollo de la psicología, filosofía y la neurofisiología y cada una con conceptos diferentes.

Conciencia  
Proviene del mismo origen latín “conocimiento”.

- Conciencia

Se define como el entendimiento que un ser vivo tiene de sí mismo y de su capacidad para actuar sobre su entorno

El surgimiento de la conciencia durante la evolución sigue siendo poco claro, pero probablemente ocurrió antes del Homo Sapiens.

## CRONOBIOLÓGIA.

Se encarga del estudio de los ritmos biológicos que ocurren en los seres vivos.

Se enfoca en como los procesos biológicos se organizan en el tiempo, influenciados por factores ambientales.

- La luz y la temperatura.

Implica suspensión de la conciencia y la actividad.

El cuerpo necesita dormir entre 6 y 8 horas al día para reponerse.

Tiene sus fases:  
• Adormecimiento.  
• Sueño ligero y delta,  
• Fase REM.

Relacionado con la luz e implica dormir por la noche y estar despierto durante el día

# ESTADOS DE LA CONCIENCIA

## COMPONENTES.

- Estado normal
  - Asociado a las horas de vigilia.
  - En esta normalidad existe una variabilidad individual en su experiencia.
- Contenido de la conciencia.
  - Conjunto de información que se percibe y procesa activamente.
    - Pensamientos, sensaciones y emociones.
- De alerta
  - Primer nivel.
    - Cuando alguien está alerta pero no consciente.
    - Pacientes vegetativos.
  - Segundo nivel
    - Autoconciencia.
      - Se refiere a la capacidad de ser objeto de nuestra propia atención.
  - Tercer nivel
    - Meta-autoconciencia.
      - Ser consciente de que uno es autoconsciente.

## TEORÍAS.

- William James.
  - Filósofo estadounidense. (1842-1910)
  - La definía como una función evolutiva que salvaguardaba una secuencia de experiencias concretas conscientes.
- Karl Popper.
  - Filósofo austriaco. (1902-1994)
  - Creía que la conciencia emergió con el lenguaje por la necesidad de comunicarse unos con otros.
- Gerald Edelman.
  - Neurobiólogo estadounidense. (1929-2014)
  - Plantea que la conciencia surge como consecuencia de la interacción entre grandes grupos de neuronas que se coordinan entre sí en el cerebro.
- Antonio Damasio.
  - Neurólogo portugués. (1944).
  - La conciencia es un proceso gradual, se asocia con 3 yoes que conforman nuestra identidad.
- Proto yo
  - Estado básico y fundamental de la conciencia que representa la percepción de nuestro propio cuerpo en tiempo real.
- Yo central.
  - Se activa ante cualquier elemento natural y va experimentando pequeños cambios a lo largo de la vida.
- Yo autobiográfico.
  - Es la memoria autobiográfica, compuesta por experiencias vividas en el pasado y también de la previsión de un futuro.