



Maestría en Neuropsicología con mención en Neuropsicología del aprendizaje

Trabajo de titulación

Modalidad Examen complejo - Portafolio digital

Influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención

Trabajo final para la obtención del título de

Magíster en Neuropsicología con mención en Neuropsicología del aprendizaje

Autor

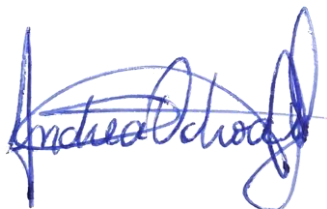
Andrea Victoria Ochoa Gavilanes

Coordinador académico

Daniel Fabricio Quinde Chalén, Mgtr.

Guayaquil, enero 2024.

Yo, ANDREA VICTORIA OCHOA GAVILANES, autor del trabajo de titulación *Influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención*, certifico que el trabajo de Proyecto Integrador/Portafolio es una creación de mi autoría, por lo que los contenidos son originales, de exclusiva responsabilidad de su autor y no infringen derechos de autor de terceras personas. Con lo cual, exoneró a la Universidad Casa Grande de reclamos o acciones legales.



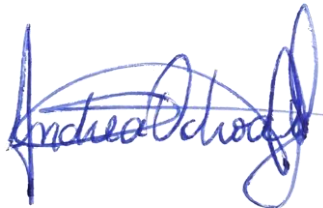
Firmado electrónicamente por:
ANDREA VICTORIA
OCHOA GAVILANES

ANDREA VICTORIA OCHOA GAVILANES

C.I. 0502943137

ANDREA VICTORIA OCHOA GAVILANES, en calidad de autor y titular del trabajo de Proyecto Integrador/Portafolio *Influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención* para optar por el Posgrado en Neuropsicología con mención en neuropsicología del aprendizaje, autorizo a la Universidad Casa Grande para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en su Repositorio Digital de acceso abierto, con fines estrictamente académicos, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Asimismo, autorizo a la Universidad Casa Grande a reproducir, distribuir, comunicar y poner a disposición del público mi documento de trabajo de titulación en formato físico y digital y en cualquier medio sin modificar su contenido, sin perjuicio del reconocimiento que deba hacer la Universidad sobre la autoría de dichos trabajos.



Firmado electrónicamente por:
ANDREA VICTORIA
OCHOA GAVILANES

ANDREA VICTORIA OCHOA GAVILANES C.I.

0502943137

Presentación

Este documento corresponde al trabajo de titulación de la Maestría en Neuropsicología con mención en neuropsicología del aprendizaje, modalidad Proyecto Integrador/Portafolio. Este programa de maestría plantea dentro de su perfil de egreso la formación de profesionales capaces de comprender los fundamentos neurológicos y psicológicos del aprendizaje de niños, jóvenes y adultos mayores en sus entornos familiares, escolares y sociales, lo que implica el entendimiento de los componentes cognitivos y socio-emocionales del proceso de aprendizaje. A partir de la malla curricular de esta maestría se han seleccionado: Neurobiología I, debido a que explica los procesos neurológicos básicos relacionados al comportamiento de un individuo durante la niñez; Neurobiología II, al centrarse en el funcionamiento neurológico en el transcurso de la adolescencia y adultez; Neuropsicología del Desarrollo I, al exponer las bases neurobiológicas que explican la formación y desarrollo de un individuo durante su infancia temprana y niñez, considerando al aspecto social y entorno como influyente del mismo y Neuropsicología del Desarrollo II, mediante la cual se profundizó en la etapa del desarrollo relacionada con la adultez, enfocándose en los trastornos neurodegenerativos durante la adultez mayor. Todas estas materias permitieron el asentamiento de las bases y posterior argumento científico para desarrollar el tema escogido.

El portafolio se define como una colección de evidencia sistemática y organizada que se utiliza para monitorear el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes (Vavrus 1990, citado por Danielson y Abrutyn, 2002). El portafolio con fines académicos tiene el propósito de demostrar el desarrollo de competencias profesionales mediante la sistematización de evidencias de aprendizaje, la reflexión y análisis de las teorías vinculadas al aprendizaje y su impacto en la práctica profesional.

El presente proyecto integrador/portafolio se compone de un ensayo reflexivo - argumentativo acerca de la influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención de la persona que lo padece y diferentes evidencias de trabajos orientados a fortalecer los aprendizajes generales de tipo cognitivo, procedimental y actitudinal revisados durante la maestría y que contribuyen al desarrollo de competencias de la formación disciplinar o perfil de egreso del programa.

Perfil del autor

Psicóloga de 28 años, graduada en la Universidad de Guayaquil. Actualmente, me dedico a la consulta y atención psicológica particular. Además, me desempeño como docente en la Universidad Ecotec de Guayaquil, en donde imparto materias relacionadas a la metodología de la investigación, desarrollo humano, introducción a la psicología y a su vez, introducción a la neuroanatomía y neurofisiología. Como docente, desempeño funciones en cuanto a la implementación y desarrollo de la enseñanza y aprendizaje, así como también la evaluación de los conocimientos adquiridos.

Me he capacitado en contenidos relacionados a la psicología educativa puesto que trabajé durante tres años en un colegio de la ciudad de Guayaquil. Poseo conocimientos de acuerdo con la aplicación de pruebas para procesos de admisiones educativas, así como en la importancia de la participación y compromiso familiar en el ámbito educativo. Durante la pandemia, desarrollé talleres relacionados con la educación online y el e-learning. Me formé como auditora educativa y gestora de la cultura de calidad educativa. Participé en capacitaciones acerca de Primeros Auxilios Psicológicos y mis formaciones más recientes corresponden al Programa Internacional Gestión Directiva de la Calidad Educativa para la Sostenibilidad en la norma técnica y Programación Neurolingüística.

A lo largo de mi carrera he logrado desarrollar habilidades y competencias que me permiten caracterizarme como una persona polifacética. Mi experiencia laboral integra conocimientos del ámbito de la psicología clínica, psicología educativa y la administración general.

Mi perfil

Andrea Victoria
Ochoa Gavilanes, Psicóloga



Malla curricular

La malla curricular de la maestría de Neuropsicología con mención en neuropsicología del aprendizaje está compuesta de un total de 11 asignaturas, cada una con contenidos y objetivos de aprendizaje relacionados con la psicología y neurología. Las asignaturas del contenido académico comparten información, técnicas y herramientas correspondientes a la neuroanatomía, neurofisiología, neurobiología y neuroquímica de los distintos procesos cognitivos y psicológicos, así como los diferentes trastornos o afectaciones la psicología del individuo.

Portafolio - NPS

Inicio Malla curricular Mi perfil Evidencias del Aprendizaje Ensayo reflexivo

Malla Curricular

Universidad Casa Grande

MAESTRÍA PROFESIONAL EN NEUROPSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN NEUROPSICOLOGÍA DEL APRENDIZAJE

Aprobación CES: RPC-SO-24-N°539-2020

MALLA CURRICULAR

Asignatura	Descripción de contenidos mínimos	Resultados de Aprendizaje
Psicología educativa	Campo de estudio de la psicología educativa. Principales enfoques: conductismo y constructivismo, enfoque cognitivo-conductual. Las bases psicológicas del proceso educativo. Las bases psicológicas del proceso educativo. El aprendizaje como proceso. El entorno de aprendizaje.	Manejo, como contexto de sus posteriores estudios, de los enfoques teóricos de la psicología educativa sobre el aprendizaje y sus dimensiones

Objetivo del portafolio

Integrar los conocimientos y herramientas aprendidos en el desarrollo de las asignaturas de la presente maestría, explicando y definiendo la influencia del trastorno de ansiedad en el proceso cognitivo de la atención de la persona que lo padece.

Evidencias de aprendizaje

En este apartado, recogeré las evidencias de aprendizaje de las asignaturas que he escogido para el desarrollo del portafolio virtual, las mismas que guardan mayor interés con el tema escogido, y el ensayo reflexivo-argumentativo. Además, se presentará una compilación de las tareas y trabajos más relevantes que se realizaron en el desarrollo de las asignaturas seleccionadas, dando a conocer la metodología y el conocimiento adquirido al poner en práctica las actividades asignadas.

Enlace del e-portafolio: <https://sites.google.com/view/andreaochoag/>

Asignatura: Neurobiología I

Docente: María Beatriz Jurado

Actividades grupales:

1. Localizacionismo vs holismo

La tarea se desarrolló de manera grupal y consistió en establecer semejanzas y diferencias entre las dos corrientes que explican las funciones cerebrales en la neurología expuestas en clase por la docente, el localizacionismo y el holismo. Gracias a esta tarea se aprendió a reconocer las diferencias y semejanzas de las dos corrientes. De esta manera, comprendí que existen distintos autores que apoyan cada escuela y cuáles fueron sus motivos para argumentar cada teoría.

2. Comunicación neuronal

La tarea de “comunicación neuronal” consistía en ordenar el proceso de la comunicación intraneuronal, la cual consiste en un orden de pasos y elementos que conllevan a la misma a través del potencial de acción y concluyen en la respuesta y activación de un músculo o una

membrana. A partir de esta tarea pude reconocer el proceso de sinapsis y activación de las neuronas al momento de realizar cualquier proceso en el ser humano, como caminar, respirar, entre otros básicos y superiores, que se realizan gracias a la comunicación neuronal.

Trabajo final de la asignatura:

La actividad final se denominó “Neuromitos” y consistió en que cada equipo de trabajo elija un mito relacionado a la neuropsicología y realice una exposición en donde se aborde el posible origen del mito, en que ámbitos se evidencia con mayor frecuencia, las consecuencias de este y la realidad científica que lo desmienta. Finalmente, aprendí a reconocer y exponer los sustentos científicos que aclaran y desmienten las ideas o creencias populares acerca de los procesos neurológicos y cognitivos.

Evidencia del aprendizaje puesto en práctica en el contexto laboral o profesional:

Debido a mi práctica profesional como docente universitaria, he podido manejar contenidos semejantes a lo expuesto durante el desarrollo de esta materia. Pero, pude obtener información y componentes relevantes que sirvieron para profundizar los temas en cuestión. Uno de los principales que utilicé debido a su profundización fue la comunicación intraneuronal ya que se exponen conceptos y elementos que en mi práctica como docente suelo obviar. La comunicación intraneuronal, si se empieza a exponer desde lo micro hasta lo macro, presenta elementos bastante complejos que no solo conllevan el transmitir un mensaje de una neurona a otra, sino también todos los componentes y procesos neuroquímicos que deberán funcionar para que la comunicación se realice. En mi práctica profesional enfocada en adolescentes y adultos, comparto con mis pacientes el conocimiento aprendido, exponiendo técnicas que les permitan entender qué es lo que sucede a nivel neuroquímico al momento de atravesar por un determinado

comportamiento. De esta manera, conocí de cerca el proceso de despolarización de una neurona presináptica, con el fin de generar el potencial de acción y así mismo, pude relacionar, cada una de las estructuras cerebrales y diferentes componentes que actúan en la comunicación neuronal. Actualmente, comparto estos conocimientos con los estudiantes a los cuales expongo asignaturas como introducción a la psicología, y de manera más específica, en introducción a la neuroanatomía y neurofisiología.

Reflexión final de la asignatura:

Gracias a mi ejercicio profesional como psicóloga apoyando en los procesos psicológicos y de comportamiento de mis pacientes, reconozco la importancia de los contenidos impartidos en la materia de Neurobiología I. En lo personal, debido a su relación directa con la neuropsicología en mi ejercicio como docente, esta materia fue una de las más despertó mi interés.

La generación del potencial de acción y la comunicación que existen entre las neuronas, son las principales funciones que permiten el desarrollo y avance de un individuo. Pero, existen diferentes factores que podrían interrumpir esta comunicación. Dichas interrupciones podrían tener origen en la corteza prefrontal del individuo (Hanson et al., 2012). Estas interrupciones despertaron interés en mí, específicamente en el área de la neurobiología de las emociones y en relación con el tema de mi ensayo reflexivo.

Ahora bien, a través del contenido desarrollado en esta materia, pude también reconocer que las deficiencias de carácter emocional, durante la relación padres-hijos, en la edad temprana de un individuo pueden afectar de manera significativa en la etapa adulta de este (Manrique et al, 2005).

Asignatura: Neurobiología II

Docente: María Beatriz Jurado

Actividades grupales:

1. Memoria y aprendizaje

En primer lugar, durante el desarrollo de la actividad se debía ubicar y relacionar cada una de las partes neuroanatómicas con sus respectivas funciones en un gráfico del encéfalo y posterior a ello, relacionar cada tipo de memoria según ejemplos expuestos en la actividad. De esta actividad aprendí cuál es la función de cada área del encéfalo y cómo se relaciona con el proceso de la memoria. Además, comprendí que existen distintos tipos de memoria para cada actividad y recuerdo que genera el paciente.

2. Análisis de artículo de investigación

La tarea consistía en analizar un artículo de investigación “Efectos en la amplitud y la latencia del componente n170 ante la presentación de rostros emocionales de ira y miedo” (Bonilla & Leongómez, 2017). compartido por la docente. Dicho análisis debía contener el problema que el artículo intentaba resolver, los antecedentes, literatura que sustenta dicho artículo, el objetivo e hipótesis entre otros componentes relevantes, tales como sus principales resultados y limitaciones. Del artículo analizado aprendí que el sistema nervioso y el cortisol trabajan de una manera más compleja al momento de procesar rostros neutros, a diferencia de emociones que denotan ira o tristeza.

Trabajo final de la asignatura:

Consistía en realizar una propuesta de investigación en donde el equipo de trabajo debía reconocer un problema que se intentó resolver. Dicha investigación estuvo compuesta de una propuesta, revisión de literatura que sustente la investigación y los antecedentes que llevaron al equipo a escoger este tema. La propuesta de investigación tuvo como principal objetivo el demostrar que el uso de fármacos en conjunto con la terapia conductual disminuye en gran nivel las conductas disruptivas en los pacientes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad con predominancia de Hiperactividad en el ámbito escolar.

Evidencia del aprendizaje puesto en práctica en el contexto laboral o profesional:

En cuanto a mi ejercicio profesional como psicóloga, pude identificar ciertas características y patrones de comportamiento de pacientes que presentan problemas psicológicos como los que fueron expuestos en esta asignatura. Con el aprendizaje obtenido identifiqué cómo los trastornos psicológicos suelen presentar síntomas que resultan en la afectación de la conciencia y autoconciencia. De esta manera, reconocí en pacientes con ciertas disfunciones relacionadas a la corteza prefrontal, la cual es la encargada de recibir los estímulos procesados por los receptores sensoriales, quienes finalmente construyen una experiencia consciente. Es así, que la corteza prefrontal realiza un papel primordial al momento de desarrollar capacidades y habilidades cognitivas complejas del ser humano, como las funciones ejecutivas, tema bastante tratado durante el desarrollo de la asignatura.

Reflexión final de la asignatura:

El contenido presentado durante el desarrollo de esta materia me permitió complementar lo aportado por la materia Neurobiología I. Es interesante descubrir cómo cada tema expuesto, a

manera de rompecabezas, resulta en una imagen general que permite un manejo más adecuado de lo aprendido. Dentro del contenido de esta asignatura se exponen los factores genéticos y biológicos que se ven involucrados en un sinnúmero de procesos cognitivos, enfocándonos en el proceso de aprendizaje. El proceso neurobiológico del aprendizaje en adolescentes y adultos sirvió de manera relevante en mi formación neuropsicológica, especialmente porque en mi campo profesional me manejo con pacientes de este grupo etario.

La corteza prefrontal y su función fue un tema primordial a tratar durante el desarrollo de esta materia y lo relacionado con mi campo profesional ya que es ella la que recibe y procesa señales cuya única función es biorregular las funciones neurocognitivas (Tirapu y Goñi-Sáez, 2016). Esta asignatura me ayudó a reconocer la manera en la que los procesos cognitivos se ven afectados por distintos trastornos neurológicos como, por ejemplo, el Parkinson y su afectación al sistema nervioso; y como cada tipo de Parkinson afecta de una manera diferente según el desarrollo del paciente (Taberner et. al, 2017).

Asignatura: Neuropsicología del Desarrollo I

Docente: Marina Criollo

Actividades individuales:

1. Frente a la adolescencia

El principal objetivo planteado para la realización de esta actividad fue el reconocimiento de las características de una persona en su etapa adolescente, en base a un caso en donde se abordó las diversas etapas y conflictos que conlleva la adolescencia. El trabajo se realizó de

manera individual y de esta actividad aprendí a reconocer las etapas y crisis normativas por las que suele atravesar un adolescente y comprender que, como su nombre lo expresa, estas crisis son propias de la edad y se dan con respecto a su desarrollo y cambios cognitivos y físicos.

Actividades grupales:

1. Análisis de lectura

De manera grupal, los maestrantes analizamos una lectura asignada por la docente denominada “Relaciones de apego: niños y cuidadores” (Oates, 2007) sobre la teoría de Bowlby acerca de los tipos de apego, y responder una pregunta reflexiva acerca de lo aprendido para finalmente, crear un plan o propuesta de intervención desde una perspectiva neuropsicológica. Gracias a esta actividad pude comprender la importancia de la calidad, vínculo y relación de los padres con sus hijos durante sus primeros años de vida para las futuras relaciones sociales del mismo.

Trabajo final de la asignatura:

El trabajo final de la presente asignatura consistió en la elaboración y construcción de un programa de intervención que, en el caso de mi grupo de trabajo, estuvo dirigido a padres de familia y estudiantes de Inicial I a Primer Curso de Educación General Básica de una determinada unidad educativa de la ciudad de Guayaquil. El objetivo principal de este programa de intervención fue promover herramientas que fortalezcan el vínculo afectivo entre padres e hijos, tomando en cuenta la teoría de Bowlby (Oates, 2007) y la importancia de establecer un correcto vínculo afectivo entre los padres y sus hijos durante los primeros años. El objetivo planteado se cumpliría a partir de la exposición de herramientas y técnicas que ayuden a los padres a establecer un correcto vínculo afectivo.

Evidencia del aprendizaje puesto en práctica en el contexto laboral o profesional:

En lo personal, encuentro mayor interés en el neurodesarrollo aplicado a adolescentes y adultos. Es decir, generalmente no demuestro mayor atención a las etapas del neurodesarrollo durante la infancia y niñez temprana, edades que fueron principalmente tratadas durante esta asignatura. Pero, en mi ejercicio profesional como psicóloga, es común evidenciar en mis pacientes la necesidad de tratar sus experiencias de niñez e infancia. Suelen ser ellos los que expresan esa necesidad de demostrar cómo el vínculo afectivo con sus cuidadores (o la ausencia de este) afecta en gran manera a sus relaciones personales en la actualidad (adolescencia, adultez) por lo que en varias ocasiones me he visto en la necesidad de ahondar en etapas tempranas para poder entender cómo estas han afectado al desarrollo de mis pacientes.

Reflexión final de la asignatura:

Lo aprendido en esta materia me ha demostrado la importancia de las primeras etapas de vida de un individuo y su afectación e influencia en la adolescencia y adultez de este. Además, pude comprender varios aspectos relevantes al neurodesarrollo de un individuo; citando a Mustard (2016), “El desarrollo infantil y el desarrollo del cerebro basado en la experiencia de los primeros años de vida establecen vías biológicas que afectan las aptitudes cognitivas, el comportamiento, entre otros” (p.12). Esta asignatura, en lo personal, me ayudó a despertar el interés por los niños y la relación que estos tienen con sus cuidadores durante los primeros años de vida. Dicho interés lo he podido evidenciar no solo en mi práctica profesional sino también en mis relaciones personales con niños cercanos a mi entorno reconociendo que ellos buscan en sus padres un entorno seguro, capaz de cubrir sus necesidades imponiendo en la relación padre-hijo, una mayor carga de responsabilidad (Rosselli et al, 2010).

Asignatura: Neuropsicología del Desarrollo II

Docente: Joaquín Ibáñez

Actividades individuales:

1. Otros trastornos neurológicos

En esta ocasión, el docente nos solicitó investigar sobre algún otro trastorno neurológico que no haya sido expuesto en clase. Una vez seleccionado el trastorno neurológico, debíamos elaborar una infografía que contenga la definición de dicho trastorno, las posibles causas, síntomas, frecuencia, afectaciones y tipos. De esta tarea pude reconocer más a fondo los aspectos que se relacionan con la narcolepsia, trastorno que elegí para trabajar en este apartado. Reconocí sus principales aspectos y las causas que podrían desarrollar el trastorno en mención.

2. Cinefórum: Análisis de película “Arrugas”

La tarea consistía en el visionado de la película “Arrugas” (Ferrerías, 2011) para un posterior registro de todas las alteraciones neuropsicológicas que podríamos identificar en los personajes. La película buscaba evidenciar, a través de la historia de un personaje principal llamado “Emilio”, los síntomas de distintos trastornos neurodegenerativos que sucedían en el ambiente de un geriátrico. Gracias a esta tarea pude reconocer y registrar cuáles eran los síntomas (cognitivos, de acción y emocionales) de cada uno de los trastornos que padecían los personajes.

Trabajo final de la asignatura:

El trabajo final consistía en la construcción de un programa de juegos o actividades lúdicas que tengan como principal objetivo la estimulación de diferentes funciones cognitivas

para quien lo practique. De esta manera, en trabajo grupal, logramos la elaboración de un documento en PDF con un total de 54 páginas. El documento contenía un total de 3 juegos de estimulación cognitiva. Cada juego con sus respectivas fichas técnicas, instrucciones, correcciones y evaluaciones con puntuación final. Así mismo, estaban dirigidos hacia una función cognitiva específica. En este caso, trabajamos actividades que ayudaban a estimular la memoria de trabajo, la atención y distintas funciones visoespaciales.

Evidencia del aprendizaje puesto en práctica en el contexto laboral o profesional:

El concepto de epigenética, los casos clínicos presentados por el docente y el análisis de diferentes trastornos neurológicos y neurodegenerativos fue lo que mayor interés despertó en mí durante el desarrollo de esta asignatura y lo que he podido aplicar en mi ejercicio como profesional. En relación con la epigenética, ahora tomo en consideración el historial y antecedentes familiares del paciente para poder establecer y comprender lo trabajado en el presente. La dinámica de enseñanza de Joaquín junto con la curiosidad innata en mí, acerca de los procesos neurológicos, hicieron que al final esta sea la materia que más pude aplicar en mi ejercicio profesional y así mismo, a nivel personal. La neuropsicología del desarrollo basada y aterrizada en adolescentes y adultos, y no únicamente en niños, me permitió reconocer que el cerebro se encuentra en constante actividad; que a su vez genera un neurodesarrollo que prácticamente no puede acabar.

Reflexión final de la asignatura:

En la práctica profesional como psicóloga, lo aprendido en esta materia me ha ayudado a entender la manera en la que los antecedentes del paciente (en cuanto a lo familiar) afectan en él. Uno de los conceptos que he aplicado en mi práctica profesional es el de la epigenética. La

epigenética demuestra las maneras en las que la conducta puede modificar el funcionamiento e incluso la anatomía de nuestro cerebro (Kolb, 2017) y reconocer este principio me ayudó a explorar, de una manera más específica y profunda, el historial familiar de mis pacientes. Así , puedo identificar, reconocer y entender el trabajo que se realiza en terapia, guiándome en lo aprendido y estudiado en clase en respecto a las guías y bibliografías compartidas por el docente que finalmente se basan en el reconocimiento de síntomas de ictus y traumatismo craneoencefálico (Ibáñez et al, 2020).

Ensayo reflexivo

Influencia del trastorno de ansiedad al proceso cognitivo de atención personas ansiosas

A lo largo de mi desarrollo profesional he podido evidenciar de manera directa como las emociones afectan a los procesos cognitivos de las personas en general, especialmente en pacientes que han formado parte de mi ejercicio como psicóloga. De manera personal, he experimentado distintas disfunciones en mi capacidad de memoria y atención, las mismas que no reconocía su origen como tal. Durante el desarrollo de la presente maestría, pude reconocer una respuesta que tal vez estuve buscando por años: la afectación de las funciones cognitivas debido a diferentes trastornos psicológicos.

La ansiedad es aquello que surge como respuesta ante un evento amenazante e intenso, generada por el sistema nervioso central y en general, nos permite adaptar nuestro organismo para preparar y reaccionar ante aquellas situaciones. (Capul-García et al, 2018). Ahora bien, como psicóloga suelo abordar a la ansiedad en tres categorías: la ansiedad que surge como una respuesta natural ante un evento detonante, por ejemplo, comprar un boleto de avión y esperar con ansias que llegue el día del viaje. La ansiedad como un rasgo personalógico, que define a una persona en una descripción sobre personalidad; y, por último, como trastorno: la ansiedad que dificulta, a la persona que la padece, continuar una rutina regular. En el presente ensayo, me centraré en esta última y como el padecimiento de esta influye de manera directa a las funciones ejecutivas, más específicamente: la capacidad de atención.

Encontré inspiración en diferentes asignaturas como Neurobiología I y II al igual que Neuropsicología del Aprendizaje I y II que fueron cruciales en el descubrimiento de una relación más directa con la duda que había experimentado durante mi ejercicio profesional, ¿los

trastornos psicológicos afectan en ciertos niveles a las funciones ejecutivas de quien los padece. De alguna manera, sabía que la respuesta era un sí. Pero, a través de lo aprendido, desarrollado y ampliado en clase pude determinar con mayor claridad la relación entre estas dos variables. En este ensayo busco exponer lo aprendido en relación con mi tema y cómo el aprendizaje y conocimiento desarrollado en la maestría me permitió reconocer la influencia del trastorno de la ansiedad con el proceso de la atención.

Antes de lo presentado en la maestría, no poseía una idea clara de lo relacionado a mi tema. Conocía vaga información acerca de cómo los procesos cognitivos se ven afectados por distintos trastornos psicológicos, pero no contaba con el sustento científico. Entrando en contexto con el tema, quisiera empezar con la definición del trastorno por ansiedad generalizada.

“El Trastorno de Ansiedad se caracteriza por un estado de ansiedad y preocupación excesiva e incontrolable ante una serie de circunstancias o actividades (p. ej., seguridad, salud, economía, responsabilidades laborales o académicas, etc.), las cuales son percibidas de manera irracional o desproporcionada” (Capul-García et al, 2018, p. 2).

Considerando esta definición, el Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG) impide de cierta manera ejercer una rutina funcional al paciente que lo padece. En otras palabras, este trastorno psicológico es clínicamente significativo en cuanto a los síntomas que expresa la persona con TAG. A partir de esto, me gustaría ampliar el significado de ansiedad como trastorno.

El Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, en su quinta edición (2013) menciona que el Trastorno de Ansiedad mantiene síntomas como irritabilidad, dificultad para concentrarse, y problemas de sueño. Referente al tema que busco visibilizar en el presente

ensayo, la dificultad para concentrarse y problemas de sueño son síntomas que despiertan mayormente mi interés debido a su relación con las funciones ejecutivas de atención.

En general, me considero una persona con una capacidad de memoria bastante privilegiada, pero, aquí un pequeño paréntesis para una anécdota personal: hace ya varios años, desempeñé un trabajo en el que me mantenía con muchísima presión, mis jefes eran realmente muy exigentes, hasta el punto en el que esa presión tornaba exagerada y para nada sana. En este trabajo empecé a experimentar fallos en mi memoria y capacidad de atención y podría decir que en realidad fue ahí en donde pude ser consciente de que la ansiedad, generada por la excesiva carga laboral y exigencia en desmedida, comenzaron a afectar mis capacidades cognitivas.

Lo mencionado hasta el momento me resulta crucial para entender la respuesta a ¿cómo afecta el trastorno de ansiedad al proceso cognitivo de la atención de la persona que lo padece? Pues ahora pretendo profundizar en la función cognitivas referente a este tema: la atención.

La atención son procesos cognitivos llevados a cabo por distintas partes de nuestro cerebro, las principales son el hipocampo, la amígdala y por supuesto, la corteza prefrontal. (Hanson et al, 2012). Nuestro cerebro requiere de una serie de sistemas activados para el funcionamiento de distintos procesos cognitivos.

Una de las evidencias científicas más fuertes acerca de las consecuencias de los trastornos de ansiedad en el cerebro humano es que, en trastornos psicológicos como el Trastorno de Estrés Post-Traumático (TEPT) se ha expuesto lo que sucede con la neurobiología de dicho trastorno. Es así pues que, en el TEPT, un tipo de trastorno de ansiedad, que presenta una reducción del hipocampo, una respuesta exagerada de la amígdala y una deficiencia en la gestión

y función de la corteza prefrontal, que como ya había mencionado anteriormente, son áreas del cerebro involucradas específicamente en la atención (Blanco y Canto-de-Souza, 2018).

Si en el momento en el que una persona experimenta emociones relacionadas con la ansiedad se ven afectadas áreas del cerebro que están directamente involucradas en procesos cognitivos específicos, resultaría lógico pensar que existe una correlación de afectación entre los trastornos de ansiedad y dichas funciones cognitivas (Quintero et al, 2022).

Descartando esta obviedad, existe evidencia científica suficiente que determina y demuestra que los procesos cognitivos, específicamente la atención se encuentra influida y más bien, afectada por distintos trastornos psicológicos, un ejemplo de ellos, el trastorno de ansiedad y sus derivados (Palomares et al, 2010).

Como experiencia personal, me resulta bastante curioso el hecho de que aún en la actualidad existen personas que consideran que los trastornos de ansiedad se relacionan más con un “no querer” que con un “no poder”. Es decir, responsabilizan por completo la fuerza de voluntad y capacidad de decisión de la persona, desmereciendo los cambios y alteraciones neurológicas que dicho trastorno produce. Nunca he estado de acuerdo con esta idea o creencia, pero no contaba con los conocimientos que he aprendido en el desarrollo de esta maestría y las evidencias científicas que me permiten desmentirla. Es así que las conclusiones del presente ensayo reflexivo resultan bastante satisfactorias a nivel personal y profesional.

De esta manera, paso a exponer la respuesta a mi pregunta inicial. Los trastornos de ansiedad afectan de manera significativa a los procesos de atención y memoria, alterando principalmente la neurobiología de dichos procesos. Entre las evidencias científicas que sustentan la respuesta a la pregunta de mi tema puedo resaltar las siguientes:

- En trastornos de ansiedad, la amígdala cerebral empieza a acelerar su función dando respuestas exageradas y produciéndose el famoso “secuestro de la amígdala” que es en donde el cerebro se ve dominado por ella, lo que representa un comportamiento impulsivo y primitivo en la persona.

- En trastornos de ansiedad, existe una deficiencia relevante en las funciones ejecutadas por la corteza prefrontal, área encargada en gran relevancia del control y gestión de emociones para poder dar una respuesta adecuada a nuestro entorno.

- En trastornos de ansiedad se experimentan niveles elevados de estrés. Cuando un individuo está expuesto a niveles elevados de estrés de manera constante, su hipocampo se ve afectado de manera significativa, reduciéndose el tamaño de este y alterando sus funciones (Kolb y Whishaw, 2017).

La amígdala, la corteza prefrontal y el hipocampo son áreas del encéfalo relacionadas directamente con el funcionamiento de la memoria y atención de un individuo, y la construcción y posterior evocación de recuerdos. Basándome en lo expuesto, puedo determinar que efectivamente existe una afectación entre estas funciones (atención y memoria) y el trastorno de ansiedad.

Referencias bibliográficas

American Psychological Association (APA). (2014) Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5).

Blanco, M. B., & Canto-de-Souza, A. L. M. (2018). Ansiedade, memória e o transtorno de estresse pós-traumático. *Rev.CES Psico*, 11(2), 53-65.

Cupul-García, Juan Carlos, Hinojosa-Calvo, Erika, Villa-Rodríguez, Miguel Ángel, Herrera-Guzmán, Ixchel, & Padrós-Blázquez, Ferran. (2018). Evaluación neuropsicológica básica para adultos en pacientes con trastorno de ansiedad generalizada. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 56(3), 151-160. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272018000300151>

Ferreras, I. (Director). (2011). Arrugas [Película]. Perro Verde Films.

Hanson JL, Chung MK, Avants BB, Rudolph KD, Shirtcliff EA, Gee JC, Davidson RJ, Pollak SD. Structural variations in prefrontal cortex mediate the relationship between early childhood stress and spatial working memory. *J Neurosci*. 2012 Jun 6;32(23):7917-25. doi: 10.1523/JNEUROSCI.0307-12.2012. PMID: 22674267; PMCID: PMC3375595.

Mustard, J. (2016). *Desarrollo del cerebro basado en la experiencia temprana y su efecto en la salud, el aprendizaje y la conducta*. Red Founders del Instituto Canadiense para la investigación avanzada

Kolb B., y Whishaw I.Q., (2017). *Neuropsicología Humana*. Editorial Médica Panamericana.

Oates J., (2007). La primera Infancia en Perspectiva. La calidad del cuidado en los primeros años. *The Open University*.

Palomares Castillo, Elizabeth, Campos Coy, Patricia Edith, Ostrosky Shejet, Feggy, Tirado

Duran, Elsa, & Mendieta Cabrera, Danelia. (2010). Evaluación de funciones cognitivas: atención y memoria en pacientes con trastorno de pánico. *Salud mental*, 33(6), 481-488.

Recuperado en 29 de septiembre de 2023, de

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252010000600002&lng=es&tlng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252010000600002&lng=es&tlng=es)

Quintero López, Catalin, Meneses Meza,, Lina Marcela, Holguín Ortiz,, Susana Andrea, Salcedo

Florez,, Marcela, & Gil Vera,, Víctor Daniel. (2022). Atención y funciones ejecutivas en el Trastorno Especifico del Aprendizaje. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 16(1),

23-39. Epub November 23, 2022. <https://doi.org/10.21500/19002386.5432>

Tirapu-Ustárroz J, Goñi-Sáez F. (2016). El problema cerebro-mente (II): sobre la conciencia. *Rev*

Neurol 2016; 63: 176-85