

## Sensación y Percepción: Procesos Sensitivos del Comportamiento

La sensación y la percepción son procesos fundamentales que influyen en cómo los seres humanos interactúan con el mundo que les rodea. Estos procesos son esenciales para la comprensión de la psicología del comportamiento, ya que determinan cómo recibimos, interpretamos y respondemos a los estímulos ambientales. A través de la sensación, nuestros sentidos detectan información del entorno, mientras que la percepción se refiere a la interpretación de esa información sensorial.



### 1. Sensación

La sensación es el proceso mediante el cual nuestros órganos sensoriales detectan estímulos físicos del entorno y los convierten en señales neuronales que el cerebro puede interpretar. Este proceso involucra cinco sentidos principales: la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato. Cada uno de estos sentidos tiene receptores especializados que responden a diferentes tipos de estímulos. La sensación es, por lo tanto, el primer paso en el proceso de interpretación de la realidad.

Por ejemplo, cuando una persona escucha música, los receptores auditivos en su oído interno convierten las ondas sonoras en señales neuronales que el cerebro puede interpretar.

### 2. Percepción

La percepción, por otro lado, es un proceso activo que implica organizar e interpretar las señales sensoriales recibidas para darles significado. Este proceso está influenciado por factores psicológicos, culturales y contextuales. La percepción no solo se basa en las sensaciones físicas, sino también en experiencias previas, expectativas y conocimientos previos. Por ejemplo, dos personas pueden interpretar el mismo estímulo visual de manera diferente dependiendo de su contexto cultural o sus experiencias pasadas.

Existen varios principios que rigen la percepción, como la figura-fondo (la capacidad de distinguir un objeto del fondo), la proximidad (los objetos cercanos tienden a ser agrupados), y la similitud (los elementos similares tienden a ser percibidos como parte de un grupo). Estos principios ayudan a explicar cómo organizamos nuestra experiencia sensorial en percepciones coherentes y significativas.

#### 2.1. Elementos de la Percepción

- **Organización de la Percepción:** Los individuos organizan las sensaciones en patrones significativos. Por ejemplo, al observar una imagen, el cerebro puede agrupar elementos similares para formar una figura coherente.



- **Interpretación:** La interpretación de las sensaciones se basa en la experiencia personal y cultural. Dos personas pueden ver la misma imagen, pero interpretarla de manera diferente, lo que resalta la subjetividad de la percepción.
- **Influencias Contextuales:** El entorno y la situación en que se produce la percepción pueden alterar cómo se interpretan los estímulos. Por ejemplo, la iluminación y el color pueden influir en la percepción del tamaño y la forma de los objetos.

## Sistemas Sensoriales

### 1.1 Sistema Visual

El **sistema visual** permite a los seres humanos percibir la luz, los colores y las formas a través de los ojos. Los fotorreceptores en la retina convierten la luz en impulsos eléctricos que son enviados al cerebro a través del nervio óptico. Este sistema no solo es crucial para la navegación y la identificación de objetos, sino que también influye en el comportamiento social y emocional. Por ejemplo, las expresiones faciales y el lenguaje corporal son interpretados visualmente, afectando cómo interactuamos con los demás.

### 1.2 Sistema Auditivo

El **sistema auditivo** es responsable de la percepción de sonidos mediante la captación de ondas sonoras a través del oído. Las vibraciones sonoras se convierten en impulsos eléctricos que viajan al cerebro, donde se procesan para identificar diferentes tonos y patrones. Este sistema es vital para la comunicación verbal y el reconocimiento de sonidos ambientales, lo que puede influir en las respuestas emocionales y comportamentales ante situaciones específicas.

### 1.3 Sistema Olfativo

El **sistema olfativo** permite detectar olores mediante receptores especializados en la nariz. La percepción del olor está íntimamente relacionada con las emociones y la memoria; ciertos olores pueden evocar recuerdos o sentimientos específicos, influyendo en el comportamiento humano. Por ejemplo, un aroma agradable puede inducir una sensación de bienestar, mientras que un olor desagradable puede provocar aversión o malestar.

### 1.4 Sistema Gustativo

El **sistema gustativo** permite a los individuos percibir sabores a través de las papilas gustativas en la lengua. Los sabores básicos —dulce, salado, amargo, ácido y umami— juegan un papel crucial en la alimentación y pueden influir en elecciones dietéticas y comportamientos sociales relacionados con la comida. La interacción entre el gusto y el olfato también es fundamental para una experiencia alimentaria completa.

### 1.5 Sistema Kinestésico

El **sistema kinestésico**, o sistema somatosensorial, permite a las personas percibir sensaciones táctiles como presión, temperatura y dolor a través de receptores en la piel. Este sistema es esencial para la coordinación motora y la conciencia corporal. Además,



influye en cómo los individuos interactúan físicamente con su entorno, afectando su comportamiento en actividades deportivas o artísticas.

## 2. Umbral Absoluto y Adaptación

### 2.1 Umbral absoluto

El **umbral** absoluto se refiere a la cantidad mínima de estímulo que se necesita para que un receptor sensorial detecte una señal. Por ejemplo, en el sistema auditivo, este umbral se relaciona con el sonido más bajo que una persona puede escuchar. Comprender el umbral absoluto es fundamental para estudiar cómo los individuos perciben estímulos en diferentes contextos y ambientes.

### 2.2 Adaptación sensorial

La **adaptación** es un fenómeno por el cual los receptores sensoriales disminuyen su respuesta a un estímulo constante después de un período prolongado. Por ejemplo, al entrar a una habitación con un olor fuerte, inicialmente se percibe intensamente; Sin embargo, con el tiempo, ese olor puede volverse menos perceptible. Esta adaptación permite que los individuos se concentren en cambios relevantes en su entorno, lo cual es crucial para una respuesta adecuada ante nuevas situaciones.



## 3. Alteraciones psicopatológicas que afectan las sensaciones.

### Hiperestesias:

Como su nombre indica, es el aumento exagerado de las sensaciones frente a los estímulos sin que exista modificación del tipo de sensación que debe producir dicho estímulo.

### Hipoestesias:

La hipoestesia es la sensación opuesta al caso anterior. En estos casos lo que existe es una disminución de la sensación habitual o normal, que debe producirse frente a un estímulo determinado.

### Retardo o enlentecimiento de la percepción:

Como su nombre indica es la lentitud que presenta el enfermo para percibir los fenómenos que se suceden a su alrededor, en relación con la unidad de tiempo.



### **Anestesias:**

Es la abolición o falta total de las sensaciones por uno o varios estímulos sensoriales.

### **Parestesias:**

Las parestesias son sensaciones erróneas de acuerdo al estímulo producido.

## **4. Alteraciones psicopatológicas que afectan las sensaciones.**

### **Ilusiones:**

La ilusión es la percepción errónea o falsa que sobre un objeto real y presente delante del paciente, éste cree tener.

### **Metamorfosis:**

La metamorfosis es una alteración en el tamaño o la forma de los objetos que el paciente percibe. El sujeto refiere que ve las cosas mayores o menores que su tamaño real o sencillamente percibe modificada su forma, ya sea alargada, redondeada, más chata, etc.

### **Alteración del esquema corporal:**

Esta alteración se refiere a la ilusoria percepción de su propio cuerpo, encontrándose implicados los propio e interoreceptores. El enfermo se percibe diferente en cuanto a su estatura o tamaño, a su grosor, a su forma en general o generalmente a alguna porción de su cuerpo.

### **Ilusoria apreciación del tiempo:**

En este trastorno el paciente percibe de forma errónea la duración de ciertos acontecimientos. Los percibe como si transcurrieran con demasiada lentitud o por el contrario de forma muy rápida.

