

X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2018.

Exploración de las nociones de ansiedad, estrés, angustia, euforia y depresión en el lenguaje cotidiano; y su relación con los discursos psicológicos y neurocientíficos.

Argañaraz, Daniela Jacqueline, Grasso, Jimena, Lopez,
Florencia, Recart, Emilio y Sanchez, Andrea.

Cita:

Argañaraz, Daniela Jacqueline, Grasso, Jimena, Lopez, Florencia, Recart, Emilio y Sanchez, Andrea (2018). *Exploración de las nociones de ansiedad, estrés, angustia, euforia y depresión en el lenguaje cotidiano; y su relación con los discursos psicológicos y neurocientíficos. X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-122/298>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ewym/tgs>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

EXPLORACIÓN DE LAS NOCIONES DE ANSIEDAD, ESTRÉS, ANGUSTIA, EUFORIA Y DEPRESIÓN EN EL LENGUAJE COTIDIANO; Y SU RELACIÓN CON LOS DISCURSOS PSICOLÓGICOS Y NEUROCIENTÍFICOS

Argañaraz, Daniela Jacqueline; Grasso, Jimena; Lopez, Florencia; Recart, Emilio; Sanchez, Andrea
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Argentina

RESUMEN

El presente trabajo refleja los resultados de un estudio exploratorio, de abordaje cuali-cuantitativo, sobre el imaginario y uso cotidiano de los términos estrés, ansiedad, euforia, angustia y depresión; y su posterior comparación con los significados teóricos de esas nociones en los ámbitos de la psicología y las neurociencias. Se elaboró un cuestionario estructurado con preguntas abiertas y de opción múltiple, que fue administrado vía online a una muestra de 30 personas residentes en CABA y GBA, con edades comprendidas entre 18 y 55 años. Las preguntas referían a los imaginarios sobre ansiedad, estrés, angustia, euforia y depresión; así como la identificación de sus factores y circunstancias determinantes (estresor, ansiógeno, etc.) Posteriormente, se procedió a realizar un análisis comparativo entre los significados populares y los teóricos de cada una de las referidas nociones, tal como aparecen en los marcos teóricos de la psicología y las neurociencias. Para profundizar al respecto, entre otras nociones, se remitió también a: componentes fisiológicos del estrés; respuesta de relajación; reactividad individual; ansiedad, rasgo y estado; alerta, ataque de pánico; miedo; angustia primaria, secundaria y existencial; depresión reactiva y endógena; manía, ciclotimia y bipolaridad; circuitos de recompensa; plasticidad neuronal; etc.

Palabras clave

Estrés - Ansiedad - Angustia - Euforia - Neurociencia del estrés y ansiedad - Fenomenología de la depresión

ABSTRACT

EXPLORATION OF THE NOTIONS OF ANXIETY, STRESS, ANGUISH, EUPHORIA AND DEPRESSION IN EVERYDAY LANGUAGE; AND ITS RELATION WITH THE PSYCHOLOGICAL AND NEUROSCIENTIFIC DISCOURSES

This study shows the results of an exploratory study, of qualitative and quantitative approach, on the imaginary and daily use of the terms stress, anxiety, euphoria, anguish and depression; and its subsequent comparison with the theoretical meanings of these notions in the fields of psychology and neuroscience. A structured questionnaire was elaborated with open questions and multiple choice items, which was administered online to a sample of 30 people living in CABA and GBA, aged between 18 and 55 years. The questions allude to the imaginary about anxiety, stress, anguish, euphoria and depression; as well as the identification of its determi-

ning factors and circumstances (stressor, anxiogenic, etc.). Subsequently, a comparative analysis between the popular meanings and the theoretical meanings of each of the aforementioned notions, as they appear in the theoretical frameworks of psychology and neurosciences, was carried out. In this respect, among other notions, the following ones were also include: physiological components of stress; relaxation response; individual reactivity; trait and state anxiety; alert, panic attack; fear; primary, secondary and existential anguish; reactive and endogenous depression; mania, cyclothymia and bipolarity; reward circuits; neuronal plasticity; etc.

Keywords

Stress - Anxiety - Anguish - Euphoria - Neuroscience of stress and anxiety - Phenomenology of depression

BIBLIOGRAFÍA

- Braidot, N.P. (2015) *Cómo funciona tu cerebro para Dummies*. Buenos Aires: Grupo Editorial Planeta.
- Casaux Huertas, A. y Garcés Bernáldez. *La influencia del ejercicio físico sobre la ansiedad y el sueño* *Complutense de Ciencias Veterinarias* 2017 11(especial): 29-33.
- Ezequiel, B. *La utilidad social de las neurociencias* *PSIENCIA*. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica, vol. 2, núm. 1, 2010, pp. 1-2 Asociación para el Avance de la Ciencia Psicológica Buenos Aires, Argentina.
- Góngora, V.C., & Casullo, M.M. (2009). *Factores protectores de la salud mental: Un estudio comparativo sobre valores, autoestima e inteligencia emocional en población clínica y población general*. *Interdisciplinaria*, 26(2), 183-205. Recuperado en 22 de mayo de 2018.
- Koscinczuk, P. (2014). Ambiente, adaptación y estrés. *Revista veterinaria*, 25(1), 67-76. Recuperado en 22 de mayo de 2018.
- Moscoso, M. *El estudio científico del estrés crónico en neurociencias y psicooncología* *Persona*, núm. 17, enero-diciembre, 2014, pp. 53-70 Universidad de Lima. Lima, Perú.
- Mustaca, A.E. *Análisis experimental del comportamiento y neurociencias* *Acta Colombiana de Psicología*, núm. 10, 2003, pp. 7-22 Universidad Católica de Colombia Bogotá, Colombia.
- Newman, M.G., Anderson, N.L. *Una revisión de la investigación básica y aplicada sobre el trastorno de ansiedad generalizada*. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, vol. XVI, núm. 1, abril, 2007, pp. 7-20 Fundación Aiglé Buenos Aires, Argentina.
- Piemontesi, S.E., Heredia, D.E., Furlan, L.A., Sánchez-Rosas, J., Martínez, M. *Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios* *Anales de Psicología*, vol. 28, núm. 1, 2012, pp. 89-96 Universidad de Murcia Murcia, España.

- Porras Chavarino, C., Salinas Martínez de Lecea, J.M. *Diseño de redes neuronales artificiales en neurociencias* Psicothema, vol. 23, núm. 4, 2011, pp. 738-744 Universidad de Oviedo Oviedo, España.
- Sierra, J.C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar*. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1), 10-59. Recuperado em 22 de maio de 2018.
- Sierra-Fitzgerald, O., Munévar, G. *Nuevas ventanas hacia el cerebro humano y su impacto en la neurociencia cognoscitiva* Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 39, núm. 1, 2007, pp. 143-157 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia.
- Trucco, M. (2002). *Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales*. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(Supl. 2), 8-19.
- Vetere, G. (2008). *Nivel de funcionamiento y calidad de vida en pacientes con trastorno de ansiedad generalizada*. *Anuario de investigaciones*, 15, 00. Recuperado en 22 de mayo de 2018.
- Zárate, S., Cárdenas, F.P., Acevedo-Triana, C., Sarmiento-Bolaños, M.J., & León, L.A. (2014) *Efectos del estrés sobre los procesos de plasticidad y neurogénesis: una revisión*. *Universitas Psychologica*, 13(3).