

GIDA

PRAKTIKOA

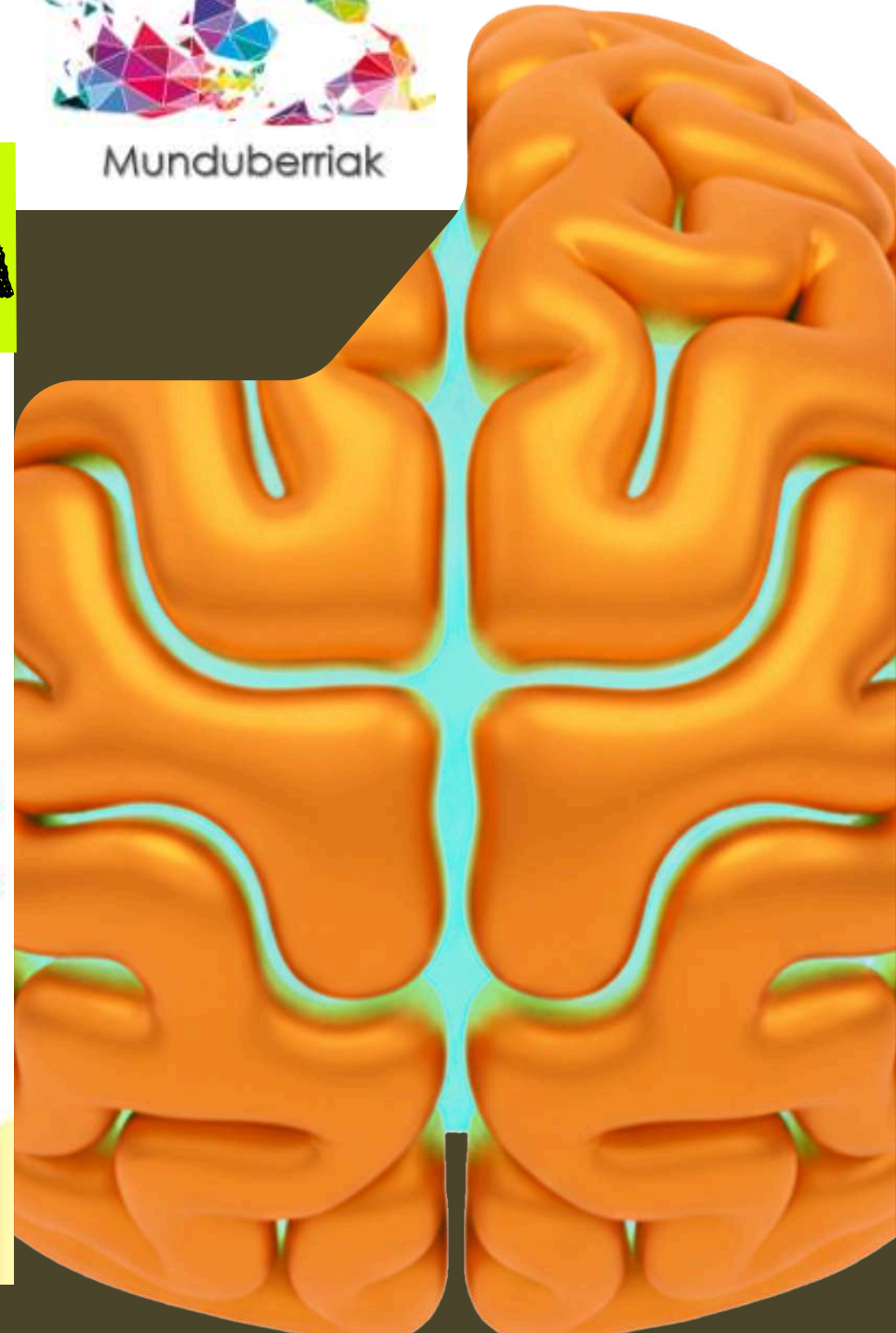
OSASUNERAKO

**SEXU
ESKUBIDEAK**

Gizarte arloari Aplikatutako
Neuropsikologia



Munduberriak



DOKUMENTUA: ERREPRODUKZIO PARTZIALA EDO
OSOA BAIMENDUTA, EGILEA AIPATUTA
(Munduberriak berrikuntza sexologikorako)

HONAKOEK DIRUZ LAGUNDUA:



JUSTIZIA ETA GIZA
ESKUBIDEEN SAILA

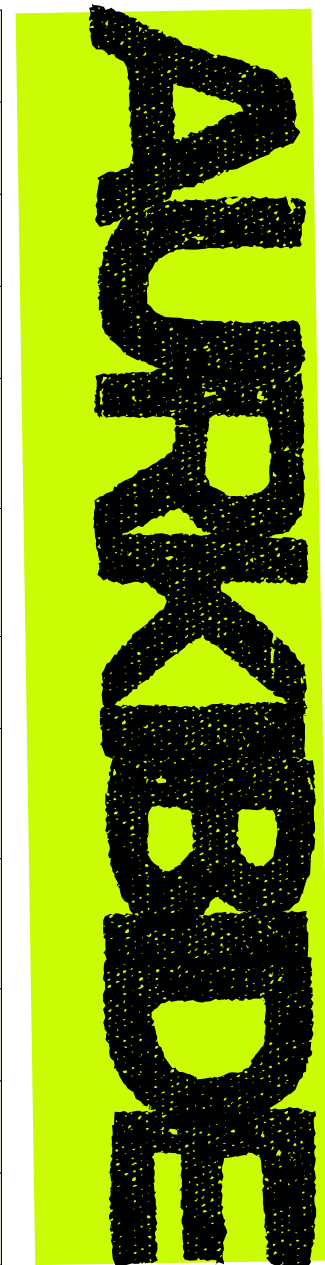
DEPARTAMENTO DE JUSTICIA Y
DERECHOS HUMANOS



[Mundulab](#) | [MunduBerriak](#)



1.	Sarrera	4. or.
2.	2030 Agenda	5. or.
3.	Giza Neuroeskubideak	6. or.
4.	Zifrak eta datuak Euskadin	7. or.
5.	Osasun mentalaren eta Osakun Kognitiboaren harremana	8. or.
6.	Gizarte Determinatzaileak	9-10. or.
7.	Ongizatearen piramidea	11. or.
8.	Alderdi sozialari aplikatutako neuropsikologia	12. or.
9.	Gizakia burmuin erlazional gisa	13. or.
10.	Glosarioa	14-16. or.
11.	Praktika Onak	17-18. or.
12.	Aurrerapenak eta Erronkak	19. or.
13.	Aplikazio Praktikoa	20. or.
14.	INFO+	21. or.
Balorazio-Galdetegia		QR



GIZA ESKUBIDEAK OSASUNA

1. Sarrera

Osasunerako eskubidea aitortuta dago Giza Eskubideen Adierazpen Unibertsalaren 25. artikuluan eta Eskubide Ekonomiko, Sozial eta Kulturalen Nazioarteko Itunaren 12. artikuluan.

Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) osasuna erabateko ongizate fisiko, mental eta sozialeko egoera gisa definitzen du, eta ez gaixotasunik eza bakarrik.

Giza eskubideetan oinarritutako osasun-ikuspegi batek konpromisoa hartzen du herrialdeek giza eskubideak errespetatzen dituzten, eraginkorrak diren, genero-ikuspegia duten eta integratuta dauden eta kontuak eman ditzaketen osasun-sistema batzuk garatzeko, bai eta osasunaren azpiko faktore erabakigarriak hobetuko dituzten osasun publikoko beste neurri batzuk abian jartzeko ere.

Osasunerako eskubidea ezin da bereizi beste giza eskubide batzuetatik, hala nola hezkuntzarako, partaidetzarako, elikadurarako, etxebizitzarako, lanerako eta informaziorako eskubideetatik.

Pertsona guztiek dute ahalik eta osasun fisiko eta mental handiena izateko eskubidea. Herrialdeen legezko betebeharra da kalitatezko osasun-zerbitzuetarako sarbide unibertsala bermatuko duten eta osasunaren arloko desberdintasunen (pobrezia, estigmatizazioa eta diskriminazioa barne) kausa sakonei helduko dieten legeak eta politikak formulatzea eta aplikatzea.

Gizarte-baldintzatzaileek osasun mentalean eta kognitiboan duten eraginari buruzko ebidentzia zientifiko gero eta handiagoak, eta pertsonarengan oinarritutako eta giza eskubideetan oinarritutako arretaren ikuspegia pixkanaka aitortzeak Estatuak beren politika publikoak birplanteatzera eraman dituzte.

Aldaketa horrek, asistentzia-estaldura zabalitzeaz gain, sistemen egitura eraldatu nahi du, susperraldira, duintasunera eta ekitatera bideratutako esku-hartzeak bermatzeko.

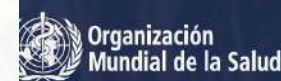
Osasun mentala, giza eskubideak eta legeria elkarri lotuta daude



QR-dokumentua

**Salud mental,
derechos humanos
y legislación**

Orientación y práctica



GIZA ESKUBIDEAK OSASUNA

Gaur egun, jasangaitza da osasun mentala-kognitiboa osasun-sektorearen erantzukizun eskusibo gisa ulertzea. Estresaren neurozientziatik, epidemiologia sozialetik eta garapenaren neuropsikologiatik datorren ebidentziak erakusten du bizi-baldintzek — pobrezia, desberdintasuna, egiturazko indarkeria, hezkuntza-prekarietatea eta gizarte-bazterketa — eragin zuzena dutela garuneko arkitekturaren, erregulazio emozionalean eta errendimendu kognitiboan. Horregatik, osasun mentala eta kognitiboa hobetzeak sektore arteko erreformak eskatzen ditu, gizarte-, hezkuntza-, lan- eta komunitate-politikak prebentzio- eta egitura-ikuspegiarekin artikulatuko dituztenak.

2. 2030 Agenda

Osasun mentaleko sistema gehienek ez dute arretaren ikuspegi holistikoa hartzen. Eredu biomedikoa diagnostikoan, medikazioan eta sintomen murrizketan oinarritzen da nagusiki, eta osasun mentaleko sistemetan nagusitzen da.

Ondorioz, askotan ez dira kontuan hartzen pertsonen osasun mentalari eragiten dioten gizarte-baldintzatzaileak, eta horrek trauma, bazterketa eta indarkeria zikloak eragiten ditu. Adibidez, osasun mentaleko eta desgaitasun psikosozialeko arazoak dituzten pertsonen langabezia-tasa, pobrezia eta abar handiagoak dituzte.

AGENDA 2030

Garapen Jasangarriko 17 Helburu (GJH), pobrezia desagerrarazteko, planeta babesteko eta oparotasuna ziurtatzeko NBEk hartutakoak.

GJH 3

OSASUNA ETA ONGIZATEA

Bizitza osasuntsua bermatzea eta adin guztietako pertsona guztien ongizatea sustatzea



Testuinguru horretan, gizarte-arloari aplikatutako neuropsikologia ezinbesteko esparru gisa azaleratzen da. Ez da funtzio kognitibo indibidualak ebaluatzen mugatzen; aitzitik, gizarte-testuinguruaren analisia garunaren funtzionamenduaren aldagai etiologiko eta modulatzailerik gisa integratzen du.

NEUROPSIKOLOGIA GIZARTEAN SUSTATZEA ZER DAKAR?

- Egiturazko baldintzatzaileak ebaluazio neuropsikologikoan txertatzea.
- Estres kronikoaren inpaktu neurobiologikoa murriztuko duten esku-hartzeak diseinatzea.
- Ebidentzia neurozientifikoa integratzea politika publikoetan.
- Osasun kognitiboa giza eskubidetzat hartzea, eta ez maila sozioekonomikoak baldintzatutako pribilegiotzat.

Azken batean, eskubideetan oinarritutako osasun mentaleko sistemetarantz aurrera egiteko, desberdintasun sozialak arrasto sinaptikoak uzten dituela onartu behar da. Gizarteari aplikatutako neuropsikologiak ebidentzia hori ekintza politiko, egiturazko prebentzio eta justizia kognitibo bihurtzeko aukera ematen du.

Onartzen du garapena eta nariadura kognitiboa ez direla fenomeno isolatuak, baizik eta baldintza sozial espezifikoekiko esposizio metatzaileak moldatutako prozesuak.

3. Giza Neuroeskubideak

GIZA NEUROESKUBIDEEN ESPARRUAREKIKO LOTURA

Ikuspegi hori giza eskubideen sortu berri den esparruarekin (GN(euro)E) egituratzen da zuzenean, nazioarteko eztabaidan Nazio Batuen Erakundeak (NBE) eta NeuroRights Foundation bezalako ekimen akademikoek bultzatuta.

Giza Neuro Eskubideek — besteak beste, nortasun pertsonalaren babesak, pribatutasun mentalak, zaletasun askeak, hobekuntza neuroteknologikoetarako sarbide ekitatiboak eta alborapen algoritmikoen aurkako babesak — osasunerako eskubidearen nozio tradizionala zabaltzen dute, eta burmuinaren osotasuna eta autonomia babesten dituzte.

Alderdi sozialari aplikatutako neuropsikologiatik, ikuspegi horrek esan nahi du onartu behar dela neuroteknologiek, arlo mentala urratzeaz gain, garapen kognitiboa eta autodeterminazioa mugatzen duten egiturazko desberdintasun-baldintzak ere urra ditzaketela.

Hala, giza neuroeskubideak bermatzeak aurrerapen teknologikoak arautzea dakar, bai eta askatasun kognitiboa eta banakako agentzia baldintzatzen dituzten gizarte-baldintzatzaileetan esku hartzea ere, justizia soziala babes neurobiologikoko modu bat ere delako ideia sendotuz.



Sartu Giza Eskubideen kontzeptua sakontzen duen gure Youtubeko bideoan.

GIZA ESKUBDEAK OSASUNA



Osasun mentala pertsonen eta gizartearen osasunaren eta ongizatearen funtsezko osagaia da. Bizitzako eremu guztiei eragiten die: pertsonala, familiarra, lanekoa, soziala eta komunitarioa. Hala ere, oraindik ere estigmak, aurreiritziak eta oztopoak daude, buruko nahasmenduak dituzten pertsonen eta haien familiei baliabide eta zerbitzu egokiak eskuratzea eragozten dietenak.

Hauek dira gaixotasun neurologiko ezagunenak eta prebalentzia handienekoak: Alzheimerra, Parkinsona, iktusa, esklerosi anizkoitza, zefalea eta migraina, Huntington korea eta epilepsia.

4. Zifrak eta Datuak



Adinaren araberako nahaste mentalen prebalentzia, 2019an erregistratu zena, % 25 ingurukoa izan zen; maiztasun handiagoarekin emakumeetan (% 26,6 inguru) gizonetan baino (% 23,5); hala ere, patologia horren ondoriozko ospitaleratze gehiago izaten dira gizonetan.

Planaren 71. orrialdean adierazten da Europako hiri-inguruneetako zarata-maila altuek inpaktu esanguratsuak eragiten dituztela osasunean: heriotza goiztiarra, kardiopatiak, loaren alterazioak eta narriadura kognitiboa, besteak beste.



Gaixotasun neurologikoek gero eta garrantzi handiagoa dute, gero eta biztanle gehiagori eragiten baitiote, eta ondorio sozial, sanitario eta ekonomiko garrantzitsuak dituzte.

Gaur egun, desgaitasunaren lehenengo kausa dira mundu osoan, eta horrekin lotutako morbiditate handitzen ari da. Gaixotasun horiek nerbio-sistema zentralari eta periferikoari eragiten diete, eta askotariko desgaitasunak (kognitiboa, fisikoa, sensoriala, portaera-alterazioak, etab.) eragin ditzaketen efektu ezgaitzaile ugari eragiten dituzte, bizitza amaitu arte etengabe irauten dutenak.

5. Osasun mentala+ Osasun kognitiboa HARREMANAK

Osasun mentala eta osasun kognitiboa ez dira eremu independenteak, nerbio-sisteman funtzionalki integratutako dimentsioak baizik. Buruko osasun mentala deiturikoan gertatzen den alterazioak, emozio- edo jokabide-egoerari eragiteaz gain, alterazio objektiboak eragiten ditu goi-mailako prozesu kognitiboetan. Elkarrengandik, gaitasun kognitiboak urritzeak eragina du erregulazio emozionalean, egokitzapen sozialean eta kalteberatasun psikopatologikoan.

Ikuspegi neurobiologikotik, bi dimentsioek sare funtzional eta mekanismo fisiopatologiko komunak partekatzen dituzte, bereziki zirkuitu frontolinbikoetan, sistema dopaminergiko mesokortikaletan eta estresaren mendeko plastikotasun sinapikoko mekanismoetan.

BASE NEUROANATOMIKO PARTEKATUAK:

Funtzio betearazleak, erregulazio emozionala eta erabakiak hartzea honako hauen arteko elkarreraginaren mende daude: Azal aurrefrontal dortsolateralera (kontrol kognitiboa, lan-memoria).

Aurrealdeko azal bentromediala (balorazio-prozesamendua).

Aurreko azal kingulatua (gatazka monitorizatzea).

Amigdala (emozio-prozesamendua).

Hipokanpoa (memoria episodikoa eta testuinguru emozionala).

Depresio- eta antsietate-nahasmenduetan, hauek deskribatu dira:

- Bolumen hipokanala murriztea.
- Hipoaktibazio aurrefrontal dortsolateralera.
- Hiperaktibitate amigdalarra.
- Asaldurak konektibitate funtzional frontolinbikoan

Antsietate-nahasmenduek mehatxu-zirkuituen hiperaktibazioa dakarte, eta horiek arreta emateko baliabideekin eta lan-memoriarekin oztopatzen dituzte. Zer eragiten du antsietate iraunkorrak?

Arretaren gainkarga.

Interferentziak betearazpen-zereginetan.

Zailtasunak malgutasun kognitiboan. Estresa, hantura eta kognizioa

Estres psikologiko kronikoak, nahaste mentaletan maiz gertatzen denak, ardatz hipotalamo-hipofisis-adrenala aktibatzen du eta kortisol mailak handitzen ditu. Glukokortikoideen eraginpean denbora luzez egotea, zerekin lotzen da?

Neurogenesi hipokanala murriztea.

- Plastikotasun sinaptikoaren alterazioa.
- Narriadura kognitiboarekiko kalteberatasun handiagoa.

2005eko Osasun Mentalerako OMEren Ministerio Konferentziaren Helsinkiko Adierazpenaren eguna, "ez dago osasun mentalik gabeko osasuna". Gaineratu dezagun gida honetan ez dagoela osasun mentalik gabe, ezta kognitiboa ere.

6. GIZARTE BALDINTZATZAILEAK

Osasun kognitiboaren eta mentalaren gizarte-baldintzatzaileek egitura-baldintzak osatzen dituzte, eta, bizi-zikloan zehar, garuneko arkitektura, konektibitate funtzionala eta prozesu emozionalen eta kognitiboan adierazpen klinikoak modulatu dituzte.

- Posizio sozioekonomikoak estres kronikoarekiko, segurtasun materialik ezarekiko eta ingurumen-aurreikusiezintasunarekiko esposizio diferentziala baldintzatzen du, ardatz hipotalamo-hipofisis-adrenala modu iraunkorrean aktibatuz eta karga alostatikoa handituz, hipokanpoari, aurreazaleko azalari eta memorian, erregulazio emozionalean eta funtzio betearazleetan inplikatutako zirkuitu frontolimbikoei eraginez.
- Hezkuntza-mailak eta estimulazio intelektual goiztiarrak eragina dute neurona-sare eraginkorrek sendotzean eta erreserba kognitiboa eraikitzean. Erreserba kognitiboa narriaduratik eta psikopatologiatik babesteko faktorea da.
- Haurtzaroko zoritxarrak — indarkeria, zabarkeria, pobrezia iraunkorra — neuro-garapenaren aldi kritikoetan eragiten du, konektibitate-ereduak aldatuz eta afektibitate-nahasmenduen eta arreta-gabezien urrakortasuna areagotuz. Lan-baldintza prekarioek, egoitza-segurtasunik ezak eta egiturazko desberdintasunek estres sozial konparatiboa eta hautemandako kontrol txikiagoa eragiten dute, eta eragina dute erabakiak hartzean eta saria prozesatzean.
- Diskriminazio sistematikoak mehatxu eta min sozialeko zirkuituak aktibatzen ditu, hantura sistemiko handiagoarekin eta eskari kognitiboaren araberako errendimendu exekutibo okerragoarekin lotuta.
- Ingurune fisikoak — atmosferaren kutsadura, zarata kronikoa, pilaketa, berdegunerik eza — zahartze kognitiboa bizkortzen duten prozesu neuroinflamatorioetan laguntzen du.

Faktore horiek ez dute modu isolatuan eragiten, metakorra eta sinergikoa baizik, eta osasun mentalaren eta kognitiboaren ibilbide desberdinak sortzen dituzte, estratifikazio sozialaren arabera. Ondorioz, baliabide materialen, hezkuntzako eta ingurumeneko banaketa desberdinak desberdintasun neurobiologiko neurgarri bihurtzen du, egonkortasun emozionalari zein eraginkortasun kognitiboari eraginez.

6. GIZARTE DETERMINATZAILEAK

ikuspegi sentikorra

Genero-ikuspegia ezinbestekoa da osasun kognitibo-mentalaren baldintzatzaile sozialak aztertzeko, generoak sistematikoki egituratzen baitu estresatzaile psikosozialen, baliabide materialen eta hezkuntza- eta lan-aukeren esposizio bereizgarria.

Banaketa desberdin horren ondorioz, karga alostatikoaren, estimulazio kognitiborako sarbidearen eta psikopatologiarekiko kalteberatasunaren patroi bereziak daude.

Emakumeek barneratze-nahasmenduen prebalentzia handiagoa dute, pertsonen arteko indarkeriarekiko esposizio handiagoarekin, prekaritate ekonomikoarekin eta ordaindu gabeko lan-gainkargarekin, ardatz hipotalamo-hipofisis-adrenalaren aktibazio kronikoarekin lotutako faktoreekin eta erregulazio frontolinbikoko alterazioekin lotuta. Gizonak beren buruaz beste egiteagatiko hilkortasun-tasa handiagoak dituzte, eta zerbitzu espezializatuak gutxiago erabiltzen dituzte, neurri batean genero-aginduekin lotuta. Genero-mandatu horiek aurre egiteko eta laguntza bilatzeko jokabideak modulatu dituzte, eta horrek eragina du sintomen kronifikazioan.

Sexualitate ez normatiboak duten pertsonen diskriminazio estrukturalaren eta gutxiengoaren estresaren esposizio handiagoa dute, depresio, antsietate eta narriadura funtzionalaren arrisku handiagoarekin lotuta. Arrisku eta erresilientzia neuropsikologikoko ibilbide bereziak eratzten dituen egiturazko determinatzaile gisa jarduten du, eta adierazpen klinikoan zein faktore babesleen eskuragarritasunean eragiten du.

7. ONGIZATEAREN PIRAMIDEA



OINARRIA – EGITURAZKO DETERMINATZAILEAK

Baliabide ekonomikoen banaketa
Hezkuntza-sistema
Lan-merkatua
Etxebizitza eta ingurune fisikoa
Desberdintasun soziala

1. MAILA – ESPARRU POLITIKOA ETA JURIDIKOA

Osasun mentaleko legeria
Oinarrizko eskubideen babesa
Ekitate-politika publikoak
Sarbide unibertsaleko bermeak
Gizarte-babeseko sistemak

2. MAILA – FAMILIA, GIZARTE ETA KOMUNITATE INGURUNEA

Atxikimenduaren kalitatea
Laguntza-sareak
Familia-giroa
Erkidegoaren kohesioa
Gizarte- eta harreman-segurantza

GAILURRA – PERTSONA

Emozioen erregulazioa
Funtzio betearazleak
Autonomia
Nortasuna eta agentzia
Ongizate kognitibo-mentala

8. Alderdi sozialari aplikatutako neuropsikologia

Gizarte-ingurunearen eta garunaren funtzionamenduaren arteko harremana ulertzeko ezagutza zientifikoak duen garrantzia erakusten duen adibide klasiko bat kapelagileen XVIII. eta XIX. mendeetako kasu historikoa da. Feltroaren industrian merkurio nitratoa erabiltzen zen larruak tratatzeko, eta horrek lurren toxikoekiko esposizio kronikoa sortzen zuen. Langile askok dardarak, suminkortasuna, jokabide-alterazioak, labilitate emozionala eta narriadura kognitibo progresiboa garatzen zituzten. Koadro horri merkurio-erethism edo "kapelagilearen gaixotasuna" esaten zitzaion. Garai hartan ez zen ulertzen bere jatorri neurotoxikoa; sintomak izaera edo eszentrikotasun profesionaleko ezaugarriei egozten zitzaizkien. Hortik sortzen da Sonbreirugilearen irudi literarioa Alicerengan, **Lewis Carrolen** Mirarien herrialdean, "kapelagile eroari" lotua.



Gaur egun, ordea, merkurioarekiko esposizio kronikoak neurotoxikotasun zentrala eragiten du, eta horrek zerebeloari, aurrealdeko azalari eta sistema dopaminergikoei eragiten die, ondo deskribatutako adierazpen motore eta psikiatrikoekin. "Kapelagile eroaren" kasu horrek agerian uzten du gizarte-determinatzaile batek, hau da, lan-baldintzek alterazio neuropsikologiko objektiboak sor ditzaketela. Antzina eszentrikotasun edo "erokeria" indibidualtzat jotzen zena, gaur egun, ikerketa zientifikoari esker identifikatutako ingurumen-toxiko baten ondorioztat hartzen da.

Gizarteari aplikatutako neuropsikologia, hain zuzen ere, trantsizio horretan kokatzen da: aztertzea egitura- eta testuinguru-faktoreek nola eragiten dioten garunari, eta saihestea pertsonari bakarrik egozte bere ingurunean zer efektu duen.

Giza garuna organo erlazionala da funtsean. Haien garapena, antolaketa funtzionala eta egonkortasuna elkarreragin sozialaren mende daude. Bizitzaren hasieratik, emozioen erregulazioa, ikaskuntza eta funtzio betearazleak sendotzea lotura-testuinguruetan eraikitzen dira.

Gizarte-arloari aplikatutako neuropsikologiaren abiapuntua premisa hau da: kognizioa ez da prozesu isolatu bat, baizik eta elkarrekintzan eraikitako prozesu bat.

Garapenaren neurozientziako ebidentziak erakusten du atxikimendu seguruak emozioen erregulazioan eta kontrol exekutiboan inplikaturako zirkuitu frontolimbikoen heldzea errazten duela. Pertsonen arteko sinkroniak — begirada, prosodia, elkarrekiko erregulazioa — nerbio-sistema autonomoaren aktibazioa eta neurona-sareen antolaketa modulatu ditu.

Bakardadea eta isolamendua: inpaktu neuropsikologikoa

Bakardadea ez da soilik esperientzia subjektibo bat, osasun kognitibo/mentalerako arrisku-faktore bat baizik. Bakardade aktiboaren pertzepzioa gizarte-mehatxuari lotutako garuneko sareetan (aurreko azal kingulatu, amigdala) eta pertsonen arteko hiperzaintzarekin lotzen da. Maila kognitiboan, bakardade kronikoa errendimendu txarragoarekin lotzen da memoria episodikoan eta funtzio exekutiboetan.

Sare sozialak eta erreserba kognitiboa

Sare sozialen kalitateak eta dentsitateak babes-faktore gisa funtzionatzen dute. Elkarreragin sozial sarriak eta esanguratsuak prozesu kognitibo konplexuak estimulatzen ditu: memoria autobiografikoa, adimenaren teoria, malgutasun kognitiboa eta erregulazio emozionala.

Gizarteratze handiena duten pertsonak honako hauek dituzte: Narriadura kognitiboaren arrisku txikiagoa. Bolumen handiagoa denborazko eskualdeetan eta aurrealdeetan. Zahartze kognitiboaren ibilbide motelagoak.

Gizarte-konektibitatea egiturazko aldagai gisa

Konektibitate soziala osasun kognitibo-mentalaren egiturazko determinatzailea da. Kontua ez da soilik kontaktu kopurua, baizik eta lotura-kalitatea, elkarrekikotasuna eta laguntza-pertzepzioa.

Gizarte-bazterketa luzeak erregulazio emozionala eta gizarte-sariaren prozesamendua aldatzen ditu. Nerabeen kasuan, gizarte-gaitzespen errepikatua errefortzuarekiko sentikortasun-aldaketekin eta ahultasun afektibo handiagoarekin lotzen da.

9. GIZAKIA BURMUIN ERLAZIONAL GISA



QR – Neurozientzia sozialari buruzko bideoa

Giza garuna erlazioan garatzen eta mantentzen da. Konexio sozialak plastikotasun moldatzailea, erregulazio emozionala eta erreserba kognitiboa errazten ditu. Bakardade kronikoak, aldiz, karga alostatikoa, hantura eta narriadura neurokognitiboaren arriskua areagotzen ditu. Gizarte-arloari aplikatutako neuropsikologiatik, harreman-sare sendoak sustatzea ez da bigarren mailako esku-hartzea: osasun mentalaren eta kognitiboaren arloko prebentzio-estrategia zentrala da.

10. Gizarte arloari aplikatutako neuropsikologiaren glosarioa

ERRESERBA KOGNITIBOA

Garunak kalte neuropatologikoa jasateko duen gaitasuna, narriadura kliniko proportzionala izan gabe, neurona-sareen eraginkortasunagatik eta malgutasunagatik. Estimulazio kognitibo egokiarekin lotzen da. Faktore modulatzailerik gisa jarduten du patologiaren eta adierazpen sintomatikoaren artean (Stern, 2009). Mojen azterketa delakoa irakurtzea gomendatzen da.

NEUROPLASTIKATOSUNA

Nerbio-sistemak bere egitura eta funtzioa aldatzeko duen gaitasuna, esperientziari, ikaskuntzari edo lesioari erantzuteko. Aldaketa sinaptikoak (epe luzerako sustapena eta depresioa), berrantolaketa kortikala eta, zenbait eskualdetan, neurogenesia. Egokitzapen eta berreskurapen funtzionala ahalbidetzen duen mekanismo biologikoa da. Jarduera neuronalaren, ingurumen-testuinguruaren eta faktore neurotrofikoaren arabera modulatu da (Pascual-Leone et al., 2005).

KOGNIZIO SOZIALA

Gizarte-informazioa hautematea, interpretatzea eta erantzutea ahalbidetzen duten prozesuen multzoa, emozioak, asmoak eta arauak barne. Adimenaren teoria, enpatia eta errekonozimendu emozionala bezalako trebetasunak integratzen ditu. Aurrealdeko azal mediala, aldi baterako lotura eta amigdala barne hartzen dituzten sareetan oinarritzen da (Adolphs, 2009). Funtsezkoa da pertsonen arteko egokitzapenerako eta gizarte-funtzionamendurako.

SALUTOGENESIA

Aaron Antonovskyk (1979) proposatutako eredua, osasuna sortzen eta mantentzen duten faktoreetan zentratzen duen analisia, gaixotasunean fokatu beharrean. Kontzeptu nagusia "koherentzia-zentzua" da, ulergarritasunak, erabilgarritasunak eta esanahiak osatua. Arlo sozialean aplikatutako neurozientzietan, estresa moteltzen duten eta erregulazio emozionala eta erresilientzia errazten dituzten baliabide psikologiko eta testuingurukoekin lotzen da.

EMBODIMENT SOCIAL

Desberdintasunaren txertatze biologikoa. Esparru horrek neuroirudiari, hantura-biomarkatzaileei, epigenetikari eta estres kronikoko neurriei buruzko datuak biltzen ditu, erakusteko gizarte-ezbeharrarekiko esposizio iraunkorrek aldaketa neurgarriak eragiten dituela DNAREN metilazioan, ardatz hipotalamo-hipofisis-adrenalaren erregulazioan eta konektibitate frontolinbikoan. Ez dira korrelazio psikologikoak bakarrik: testuinguru sozialaren eta fenotipo neurokognitiboaren arteko ibilbide biologiko espezifikoak identifikatzen ari dira.

GARUNEKO FUNTZIO BETEARAZLEAK

Goi-mailako prozesu kognitiboen multzoa, jokabidea jomugetara bideratzea, erantzunak erregulatzea eta inguruneke eskaera aldakorretara egokitzea ahalbidetzen duena. Batez ere, inhibizio-kontrola, lan-memoria eta malgutasun kognitiboa (Miyake et al., 2000). Aurrealdeko azalaren eta zirkuitu frontoestriatalen jarduerarekin lotzen dira. Funtsezkoak dira autoerregulaziorako, plangintzarako eta egokitzeko erabakiak hartzeko.

10. Gizarte arloari aplikatutako neuropsikologiaren glosarioa

ENPATIA ETA GUPIDA

Enpatia beste pertsona baten egoera emozionalarekin durundi egiteko gaitasuna da, bere esperientzia afektiboa partzialki eta aldi baterako partekatuz. Maila neuralean, enpatia afektiboa aurreko intsula eta aurreko azal kingulatua aktibatzearekin lotzen da, norberaren eta besteen mina prozesatzen duten eremuak baitira (Singer et al., 2004). Sufrimenduarekiko esposizioa handia edo luzea denean, ondoezarekin eta gainkarga emozionalarekin lotutako zirkuituak aktiba ditzake.

Gupidak, ordea, sufrimendua aitortzeaz gain, hura arintzera bideratutako motibazio prosoziala sortzea dakar. Neurofuntzionalki, afiliazioari eta sariari lotutako sareen aktibazioarekin lotu da, baita bentrалеko ildaskarekin, orbita-azalarekin eta sistema dopaminergikoekin ere (Klimecki et al., 2014). Enpatiak minarekin partekatutako zirkuituak aktibatzea ekar dezake, eta gupidak, berriz, zaintzarekin, konexioarekin eta laguntzatik eratorritako gogobetetzearekin lotutako sistemak aktibatzea.

Laburbilduz, enpatia eta gupida erlazionatuta dauden prozesuak dira, baina neurofuntzionalki bereiz daitezkeenak: lehena erresonantzia afektiboan zentratzen da, bigarrena motibazio prosozial arautuan eta neke emozionaletik babesteko potentzialean.

ISPILU-NEURONAK

Rizzolattik eta laguntzaileek hasieran deskribatutako neurona-multzoa (1996) goiko tximinoen lurrazal premotorrean, ekintza bat egitean zein beste batzuetan behatzean aktibatzen direnak.

Gizakietan, antzeko sare bat inplikatu da, lurrazal premotorea, beheko parietala eta intsula dituena. Imitazioarekin, behaketa-ikaskuntzarekin eta ekintzen ulermenarekin lotzen dira. Mekanismo neurobiologiko garrantzitsua dira gizarte-kognizioaren oinarri eragilerako.

ERRESILIENTZIA

Ez da aparteko nolokotasun bat, ezta gaitasun finko bat ere, baizik eta funtzionamendu psikologiko egonkorreko ibilbide komun bat, traumatikoak izan daitezkeen gertaerekiko esposizioaren ondoren. Luzetarako ikasketetatik abiatuta, Bonannok (2011) frogatu zuen pertsona askok doikuntza emozionaleko maila nahiko egonkorrak dituztela, psikopatologia esanguratsurik garatu gabe.

Erresilientzia honela definitzen du: ezbeharren aurrean funtzionamendu moldagarri eta egonkor samarra mantentzeko gaitasuna, alde aurreko kolapso baten ondoren lehengoratzeko prozesu gisa baino gehiago. Ikuspegi horrek errekuperazioa erresilientziatik bereizten du (hasierako narriadura dakar eta, ondoren, hobekuntza), eta erregulazio-malgutasuna mekanismo nagusi gisa azpimarratzen du.

Gomendioa:
Viktor Franklen liburuak



**GARUN SOZIALA /
(SOCIAL BRAIN NETWORK)**

Pertsonen arteko informazioa prozesatzen parte hartzen duten garuneko eskualdeen multzoa, aurrealdeko azal mediala, aldi baterako lotura, aldi baterako goi-ildoak eta amigdala barne.

Leslie Brotherson (1990) formalizatu zuen terminoa. Sare honek asmoak ondorioztatze, emozioak ezagutzeko eta jokabide soziala egokitzeko aukera ematen du. Gaur egungo gizarte-neurozientziaren ardatz nagusia da.

EPIGENETIKA

DNAren sekuentzia aldatu gabe (geneen etengailua) adierazpen genikoa erregulatzen duten mekanismo molekularren multzoa. Aukera ematen du azaltzeko nola eragin dezaketen gizarte-esperientziek (estresa, zaintza, zoritxarra) erregulazio neurobiologikoan. Meaneyren eta kolaboratzaileen ikerketek erakutsi zuten ingurune goiztiarrak estresari erantzutearekin lotutako geneen adierazpena modulatzeko duela (Weaver et al., 2004). Gizarte-testuinguruaren eta garunaren funtzionamenduaren arteko zubia da.



Bideorako sarbidea
Iñaki Martin- Subero
doktorea
Bizimoduaren epigenetika
Nirakara

ARLO SOZIALARI APLIKATUTAKO JOERA KOGNITIBOAK

1970etik aurrera, Kahnemanek eta Tverskyk heuristikari eta alborapenei buruzko ikuspegia sartu zuten.

Garai hartan nagusi ziren eta erabat arrazionalak ziren ereduak desafio egin zieten. Autore horien ikuspegiak ikerketa ugari sortu zituen psikologian, eta ekonomiari, zuzenbideari, soziologiari, medikuntzari eta zientzia politikoei buruzko jakintza akademikoa hedatu eta eragin zien. Arazo horien garrantzia 2002an jarri zen agerian, psikologiaren historian lehen aldiz psikologo batek, Daniel Kahneman doktoreak, Ekonomiako Nobel saria partekatu zuenean.

Artikuluak: Nuria Cortada de Kohan (2008).

Artikuluak azaltzen du joera kognitiboek sistematikoki eragiten dutela pertsonen erabakiak hartzeko moduan, batez ere testuinguru konplexuetan edo ziurgabetasunean. Ideia nagusia da giza adimenak ez duela informazio guztia modu arrazional edo zehatzean prozesatzen, baizik eta heuristikak erabiltzen dituela, hau da, adimen-lasterbide eraginkorrak, baina ez beti zehatzak. **ISURIAK:**

Errealitatearen pertzepzioa desitxuratzen dute.

Pertsonen informazioa modu selektiboan interpretatzen dute, alde aurreko sinesmenen, itxaropenen eta emozioen arabera.

Alternatibak ebaluazioari eragiten diote.

Aukera guztiak irizpide objektiboekin ebaluatu beharrean, eskuragarrienak, deigarrienak edo emozionalki esanguratsuenak lehenesten dira.

Errore auresangarriak eta errepikagarriak sortzen dituzte.

Ez dira ausazkoak, sistematikoki baizik: antzera gertatzen dira antzeko baldintzak dituzten pertsona desberdinetan.

Banakako erabakietan zein erabaki sozialean eragiten dute.

Eremu pertsonal, laboral edo publikoetan, alborapen horiek arriskuak nola baloratzen ditugun, iturrietan konfiantza dugun, beste batzuk hautematen ditugun edo probabilitatetzat jotzen ditugun zehazten dute.

Giza egitura kognitiboari lotuta daude.

Kahneman eta Tverskyren ikuspegiak, erabakiak hartzeko bi sistema erabiltzen dira:

1. sistema: azkarra, automatikoa, intuitiboa — alboratzeko joera duena.

2. sistema: motelagoa eta deliberatiboagoa — ez hain lerratua, baina kognitiboki garestiagoa.

Oro har, gizakia ez da guztiz eragile arrazionala; erabakiak informazioa sinplifikatzen duten prozesu kognitiboak iragazten dituzte, baina, era berean, iritzi okerrak edo irrazionalak eragin ditzakete.



1. praktika ona

11. PRAKTIKA ONAK

Neurozientzia Globalaren eta Aldaketa Sozialaren Katedraren helburu nagusia neurozientziaren eta aldaketa sozialaren esparruan irakaskuntza, ikerketa eta dibulgazioa sustatzea da. Bere helburuen artean, Katedrak "Global Surgery 2030" programa lehenetsiko du, neurokirurgia sustatzeko, kirurgia globalaren sustapenean sartutako gainerako espezialitateak errazten dituen espezialitate gisa. Katedraren jarduerak, arreta mediko-kirurgikoa oro har hobetzeaz gain, pobretutako foku berezia jartzen du, non kirurgia funtsezkoa den Garapen Iraunkorreko Helburuak lortzeko.

catedra.neuroziencia@universidadviu.com

APPLIED CROSS-CULTURAL NEUROPSYCHOLOGY (VIU)

Applied Cross-Cultural Neuropsychology (A × CN) kulturalki desberdinak diren testuinguruetan ebaluazio neuropsikologikoa hobetzera bideratutako diziplinarteko taldea da.

Oinarrizko ikuspegi batetik, kulturaren, garunaren eta kognizioaren arteko elkarrekintza ikertzen du, faktore kulturelek neurogarapenean, pentsamenduan eta patologien bilakaeran nola eragiten duten aztertuz.

Aplikaturako eremuan, kulturalki sentikorrek diren tresna neuropsikologikoak garatu eta baliozkotzen ditu, diagnostiko zehatzagoak eta bidezkoagoak bermatzeko. Gainera, ezagutza praktika klinikora eta gizartera transferitzea sustatzen du, kultura-aniztasunaren ulermen etikoa eta arrazismo zientifiko eta sozialaren aurkako borroka bultzatuz.



NED



Universidad
Internacional
de Valencia

EREMU
AKADEMIKOA



2. praktika ona

GIZA ESKUBIDEAK OSASUNA

11.PRAKTIKA ONAK



WWW.MUNDUBERRIAK.COM

Komunitateari aplikatutako gure klinika-laborategia MUNDUBERRIAK gure erakundearen dugun baliabide bat da.

Horren adibide da sexu-indarkeriatik bizirik ateratzen diren emakumeengan eragin neuropsikologikoari buruz egin dugun ikerketa.



**Eragin
neuropsikologikoa
SEXU-INDARKERIAtik bizirik
ateratzen diren emakumeengan**

**Ikerketa
ikuspegi feminista /
intersektionala**



Munduberriak

12. AURRERAPENAK ETA ERRONKAK

AURRERAPENAK

+Baliabideak sendotzea.

Osasun mentalean eta ebaluazio neuropsikologikoan finantzaketa, egonkortasuna eta espezializazioa handitzea.

+Eskuragarritasun zabaldua.

Zerbitzu komunitarioen eta prebentzio-tresnen presentzia handiagoa lurraldean.

+

Irisgarritasun hobetua.

Zerbitzuak benetan erabiltzeko oztopo ekonomikoak, kulturalak eta administratiboak murriztea.

+Ebidentzian oinarritutako kalitatea.

Zientifikoki eta kulturalki baliozkotutako esku-hartze eta ebaluazio neuropsikologikoak inplementatzea.

ERRONKAK

- Baliabideen prekarizazioa
- Ongizateari eusten dioten osasun-, gizarte- eta hezkuntza-baliabideen ezegonkortasuna, gutxiegitasuna edo narriadura.
- Erabilgarritasuna
- Lurralde jakin batean zerbitzu, profesional eta azpiegituren existentzia objektiboa eta nahikoa izatea.
- Irisgarritasuna
- Baliabideak benetan erabiltzeko aukera, oztopo ekonomikoak, geografikoak, administratiboak eta kulturalak kontuan hartuta.
- Kalitatea
- Emandako zerbitzuak teknikoki, zientifikoki eta etikoki egokitzea, ebidentzian oinarritutako eta kulturalki egokiak diren esku-hartzeak bermatuz.

13. APLIKAZIO PRAKTIKOA



JOLASA: "GARUNA ALA TESTUINGURUA DA?"

Helburua: Gizarte-inguruneak osasun mentalean eta kognitiboan nola eragiten duen ulertzea.

Metodoa:

1. urratsa: "MEMORIAN ERRENDIMENDU TXIKIA DUEN ETA KONTZENTRATZEKO ZAILTASUNA DUEN PERTSONA. ETXEBIZITZA EZEGONKOR BATEAN BIZI DA, ESTRES EKONOMIKOAREKIN, LO ORDU GUTXIREKIN ETA BABES SOZIAL MURRITZAREKIN. "

2. urratsa: Taldeak erabaki behar du:

- A) Zure burmuinaren/kudeaketa pertsonalaren arazo indibiduala al da?
- B) Testuinguru soziokomunitarioaren ondorioa al da?
- C) Biak al dira?

3. urratsa: Zer gizarte-faktorek eragin dezaketen aztertzen da:

Estres kronikoa

Atsedeen falta

Segurtasunik eza

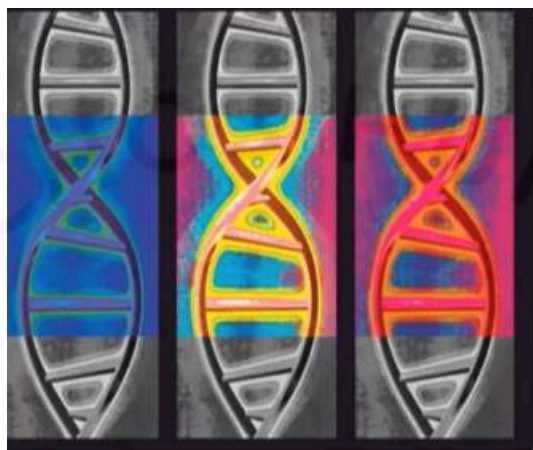
Laguntza-sarerik ez izatea

Eta nola eragiten duen horrek: Arreta/Funtzio betearazleak/Erregulazio emozionala

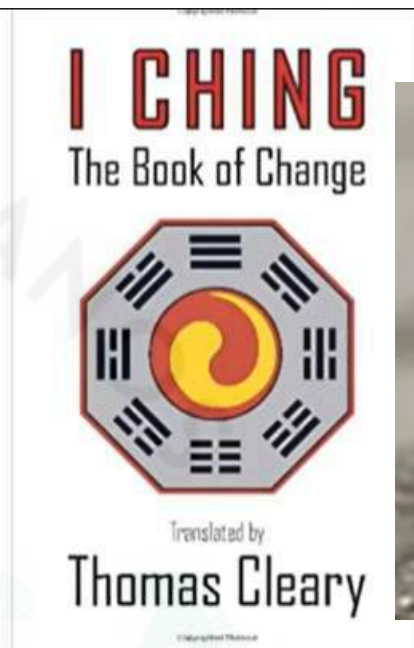
Emaitza: Helburua da taldeak baloratzea/aztertzea zailtasun kognitibo asko ez direla "banakako akatsak", baizik eta kontrako testuinguruetara egokitzeko erantzunak.

El cambio de población objetivo y de metodología que ha supuesto una disminución considerable de tiempo para elaborar la investigación.

13. APLIKAZIO PRAKTIKOA



EPIGENETICS
THE SCIENCE OF CHANGE



HAUSNARTU IRUDI HAUEI BURUZ. ZER IRADOKITZEN DIZU, GIDA HONETAN AZTERTUTAKOA KONTUAN HARTUTA?

14. INFO+

1. Joseph E. LeDoux

Zirkuitu emozionaletan eta amigdalan espezialista.
Liburu giltzarria: The Emotional Brain (1996).
Garrantzitsua da emozioa, mehatxua eta erregulazioa
gizarte-testuinguruetan ulertzeko.

2. Tania Singer

Neurozientzia soziala, enpatia eta gupida.
Enpatiaren eta gupidaren arteko aldeari buruzko
ikerketak.

3. Damasio, A.

(University of Southern California),
Prozesu emozionalen zentraltasuna erakutsi du
erabakiak hartzeko eta self-aren eraikuntzan,
neurobiologia, kognizioa eta esperientzia soziala
integratuz. MARKATZAILA SOMATIKOA

4. John T. Cacioppo

Neurozientzia sozial modernoaren sortzailea.
Bakardadeari eta garunari buruzko ikerketak.

5. Nazareth Castellanos

Neurozientzia eta erregulazio interozeptiboa.
Arnasketari, arretari eta garunari buruzko lana.



BASQUE CENTER
ON COGNITION, BRAIN
AND LANGUAGE

Basque Center on
Cognition, Brain and
Language (BCBL,
Donostia) Hizkuntzaren
Neurozientzia Kognitiboa.

6. Richard J. Davidson

Neurozientzia afektiboa eta erregulazio emozionala.
Gupidarekin eta buru-entrenamenduarekin lotutako
plastikotasun-ikerketa.

7. Yuste, R. (Columbiako Unibertsitatea),

Neuroeskubideak — hala nola, pribatutasun mentala
eta askatasun kognitiboa — esparru juridikoetan
txertatu behar direla defendatzen du,
neuroteknologiaren aurrerapenaren aurrean.

8. Álvaro Pascual-Leone

Neuroplastikotasuna eta garun-estimulazioa.
Berrantolaketa funtzionaleko eta ikaskuntzako
funtsezko lana.

9. Naomi Eisenberger

Gizarte-bazterketa eta garunaren aktibazioa
(Cyberball paradigm).



QR GALDETEGIA

www.munduberriak.com

OHARRAK

