

## **Conferencias y Simposios**

### **SEIS VOCES EN 10 MINUTOS**

#### **C) Problemáticas del control glucémico en niños y adolescentes**

Coordinadora: Carmen Mazza

#### **Cuando la limitación es de origen emocional**

Lic. Karina Antón

Lic. en Psicopedagogía, Doctoranda en Psicología de la Neurociencia Cognitiva Aplicada, Asesora Pedagógica del Departamento de Educación e Investigación de la Sociedad Argentina de Diabetes, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina

Cada persona tiene un modelo autobiográfico y se va construyendo por las experiencias a lo largo de la vida; en este modelo influirán factores favorables o desfavorables como enfermedades o situaciones traumáticas.

Tenemos un mecanismo innato que valora cualquier información que llega a nuestros sentidos, y en un camino neuronal breve se decide si es a favor o en contra de nuestra supervivencia o bienestar. El cerebro está preparado para tomar decisiones de forma inmediata y luego llega a los lóbulos prefrontales donde reside nuestra conciencia.

La construcción de la emoción no va a depender del acontecimiento en sí, sino de la forma que tenemos de valorarlo. Contamos con un sistema donde se construyen los significados, nuestras huellas emocionales se archivan en la memoria autobiográfica junto con la vivencia y se va construyendo nuestro mundo interior.

Una emoción es una reacción química de nuestro cerebro que nos mueve a actuar; su fin es garantizar nuestra supervivencia ayudando a evitar el dolor y buscando el bienestar. Los sentimientos son nuestra interpretación consciente de las emociones y se construyen a partir de las experiencias emocionales, las cuales darán la tonalidad a nuestros estados mentales influyendo en las conductas.

Los factores emocionales son importantes en la evolución de la enfermedad, pudiendo desencadenar conductas facilitadoras o evasivas que obstaculizarán el buen control.

La enfermedad irrumpe y la respuesta emocional generalmente es de ira o defensiva de negación. Se suma el malestar de vivir con una enfermedad que requiere de cuidados frecuentes, no hay días libres ni feriados, ser auxiliares del páncreas no es sencillo.

Aparecen los cambios, la incertidumbre ante el futuro, ansiedad, miedo a morir. Distinguen en la percepción del otro un trato diferente, marcándose socialmente el "estigma" de estar enfermo, y puede aparecer el *bullying*.

Todos estos sucesos son posibles fuentes de estrés pudiendo desestabilizar el control metabólico y afectar los procesos de consolidación de la memoria las funciones ejecutivas y la toma de decisiones.

Como agentes de salud, educadores, gestionemos desde la educación las demandas que la enfermedad plantea. Que los aprendizajes se inscriban en la autobiografía de cada niño y adolescente con emociones positivas. Las vivencias de emociones positivas son un factor de protección ante la situación estresante. La educación emocional no es una estrategia terapéutica, es una estrategia educativa que busca mejorar la calidad de vida.

Palabras clave: emoción; enfermedad.

### **Bibliografía**

- Catania M, Dell'acqua Flavio, de Schotten MT. A revised limbic system model for memory, emotion and behaviour. Neurosci Biobehav Rev Elsevier Ltd 2013 Sep;37(8):1724-37
- Goleman D. El cerebro y la inteligencia emocional. 2013.
- Damasio A. La sensación de lo que ocurre (2001), El error de Descartes (2001), En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos (2005).
- Joseph LeDoux. El cerebro emocional. Barcelona: Ariel-Planeta, 1999.

## **SIX VOICES IN 10 MINUTES**

### **C) Problems with glycemic control in children and adolescents**

Coordinator: Carmen Mazza

#### **When limitation has an emotional origin**

Lic. Karina Antón

Graduate in Psychopedagogy, Doctorate in Psychology of Applied Cognitive Neuroscience, Pedagogical Advisor of the Department of Education and Research of the Argentine Diabetes Society, Autonomous City of Buenos Aires, Argentina

Each individual has an autobiographical model which is constructed by the different experiences throughout life. In this model, many favorable and unfavorable factors will converge, such as diseases and traumatic situations.

We have an innate mechanism that values any information that our senses pick up on, and, in a brief neuronal pathway, it is decided if it is on favor or against our survival or our well-being. The brain is prepared to make decisions immediately. This will later make its way to our prefrontal lobes, where our conscience resides.

The construction of the emotion will not depend on the actual experience, but on the manner in which we value it. We have a system where meanings are constructed; our emotional imprints are filed in the autobiographical memory together with the experience, and built into our interior world.

An emotion is a chemical reaction on our brain that leads us to act. Its aim is to guarantee our survival, help avoid pain and search for our well-being. Feelings are our conscious interpretations of the emotions, constructed through emotional experiences, which will give tonality to our mental states, affecting our behaviors.

Emotional factors are important in the evolution of a disease, being able to unchain enabling or evasive behaviors that will obstruct good control.

A disease breaks in and the emotional response is generally one of anger or defensive negation. The discomfort of living with a disease that requires of frequent care is also added. There are no days off or holidays. Being an assistant to the pancreas is not simple.

Other changes appear: uncertainty about the future, anxiety, fear of dying. A different treatment is distinguished in the perception of the other, the social "stigma" of being sick is marked, and even bullying might appear. All these occurrences are possible sources of stress, which could destabilize the metabolic control and affect the process of memory consolidation, the executive functions and the decision making.

As health workers and educators, we should manage from a point of view of education and the demands that the disease requires. Learning must be registered into the autobiography of each child and adolescent with positive emotions. The experiences of positive emotions are a protection factor against stressing situations.

Emotional education is not a therapeutic strategy, but an educational strategy that seeks to improve the quality of life.

Key words: emotion; disease.

#### **Bibliography**

- Catania M, Dell'acqua Flavio, de Schotten MT. A revised limbic system model for memory, emotion and behaviour. *Neurosci Biobehav Rev Elsevier Ltd* 2013 Sep;37(8):1724-37
- Goleman D. *El cerebro y la inteligencia emocional*. 2013.
- Damasio A. *La sensación de lo que ocurre* (2001), *El error de Descartes* (2001), *En busca de Spinoza*. *Neurobiología de la emoción y los sentimientos* (2005).
- Joseph LeDoux. *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta, 1999.