



III Taller nacional científico metodológico de profesores de la educación médica. Del 1 al 30 de septiembre 2025. EDUCIENCIA PDCL2025

CENCOMED (Actas del Congreso), educienciapdcl2025, (septiembre 2025) ISSN 2415-0282

La atención como proceso cognitivo

Attention as a cognitive process

Est. Glenda María Mayedo Garrido ^{1*} <https://orcid.org/0009-0003-2475-9492>

Dra. Grétel Garrido Valdés ² <https://orcid.org/0009-0009-6841-4166>

MsC. Lidia Rosa Guerra Pérez ³ <https://orcid.org/0000-0001-6860-604X>

Lic. Rigoberto González Bernal ⁴ <https://orcid.org/0000-0003-2463-9514>

MsC. Nidia Francisca Valdivia Castillo ⁵ <https://orcid.org/0009-0008-0369-7516>

Est. Helen Pérez Chaviano ⁶

Dra. Idelisa Maydole Morgado Orozco ⁷ <https://orcid.org/0009-0009-6319-8935>

¹Estudiante de 2do año de Psicología. Universidad José Martí Sancti Spíritus. Cuba. glendammg06@gmail.com

²Especialista. 1er Grado en Medicina Interna. Policlinico “Dr. Rudercindo García del Rijo” Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. gretelgarrido47@gmail.com

³Licenciada en Psicología. Máster en Sexología Clínica Comunitaria. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. lidyarosa@infomed.sld.cu

⁴Licenciado en Enfermería. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. rigozezbernal696800@gmail.com

⁵Licenciada en Enfermería. Dirección Provincial de Ciencias y Técnicas. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. n.valdivia@gmail.com

⁶Estudiante de 1er año de Psicología. Universidad José Martí Sancti Spíritus. Cuba. helenperezchaviano00@gmail.com

⁷Dra. Especialista. 1er Grado Medicina General Integral (MGI), Medicina Física Rehabilitación (MFR). Máster en Sexología Clínica Comunitaria. Policlínico Olivos Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. idelisamaydolemorgadoorzco@gmail.com

I RESUMEN

Introducción: los procesos cognitivos son operaciones mentales que permiten adquirir, organizar, almacenar y utilizar la información proveniente del entorno y del mundo interno de cada individuo. La

atención posibilita la orientación y la concentración de la actividad psíquica en un objeto cualquiera y al mismo tiempo, la abstracción de otros objetos. Por ello desde una orientación psicológica los procesos atencionales pueden mejorarse mediante el desarrollo de estrategias cognitivas personalizadas que fortalezcan la selección, distribución y mantenimiento de la misma. **Objetivo:** argumentar sobre la atención como proceso cognitivo. **Método:** El estudio constituye una revisión actualizada de la literatura científica respecto a la atención como proceso cognitivo. **Resultados:** la atención implica una relación con el objeto entendido, este en su aceptación más general, y constituye la orientación psicológica que organiza la actividad psíquica y contribuye a dar imagen o reflejo del mundo. En la psicología se reconocen varios tipos de atención como son la atención involuntaria, la atención voluntaria, la atención estética, la atención dinámica, la atención concentrada y la atención distribuida. **Conclusiones:** la atención como proceso cognitivo que tiene carácter selectivo y permite filtrar la información. El individuo es capaz de seleccionar y organizar los estímulos externos dependiendo de sus intereses, experiencias y motivaciones personales.

Palabras Claves: atención, proceso cognitivo.

I ABSTRACT

Introduction: cognitive processes are mental operations that allow us to acquire, organize, store, and use information from our environment and inner world. Attention enables the orientation and concentration of psychic activity on a given object and, at the same time, the abstraction of other objects. Therefore, from a psychological perspective, attentional processes can be improved through the development of personalized cognitive strategies that strengthen the selection, distribution, and maintenance of attention. **Objective:** to discuss attention as a cognitive process. **Method:** this study constitutes an updated review of the scientific literature regarding attention as a cognitive process. **Results:** attention implies a relationship with the understood object, in its most general acceptance, and constitutes the psychological orientation that organizes psychic activity and contributes to giving an image or reflection of the world. In psychology, several types of attention are recognized, such as involuntary attention, voluntary attention, aesthetic attention, dynamic attention, concentrated attention, and distributed attention. **Conclusions:** attention is a cognitive process that is selective and allows us to filter information. The individual is able to select and organize external stimuli depending on his or her personal interests, experiences, and motivations.

Key Words: attention, cognitive process.

II INTRODUCCIÓN

Los procesos cognitivos son operaciones mentales que permiten adquirir, organizar, almacenar y utilizar la información proveniente del entorno y del mundo interno de cada individuo. En estos se incluyen los procesos como la percepción, la atención, la memoria, el lenguaje, el pensamiento entre otros. Estos son esenciales para adaptarse al medio, tomar decisiones, aprender y comunicarse. Aunque muchas veces ocurre de forma automática, también pueden ser dirigidos conscientemente. También están profundamente influenciados por factores emocionales, sociales y culturales. ⁽¹⁾

En este sentido la atención es un proceso cognitivo básico que permite orientarse hacia los estímulos relevantes y procesarlos para responder en consecuencia. Se denomina atención a la orientación y la concentración de la actividad psíquica en un objeto cualquiera y al mismo tiempo, la abstracción de otros objetos. Relacionado con esto se puede decir que la atención tiene un carácter selectivo, de una gran cantidad de objetos elegimos tan solo algunos, en los que se concentra nuestra actividad psíquica. La atención no es un proceso de reflejo de la realidad; representa uno de los aspectos de la actividad psíquica: su dinámica. Cuando está presente la atención, la actividad psíquica se lleva a cabo con mayor intensidad que cuando está ausente. ⁽²⁾

Por ello desde una orientación psicológica los procesos atencionales pueden mejorarse mediante el desarrollo de estrategias cognitivas personalizadas que fortalezcan la selección, distribución y mantenimiento de la misma. ⁽¹⁾

Por tanto, podría decirse que la atención es la capacidad que tiene la mente para seleccionar y concentrarse en ciertos estímulos tantos del entorno interno como del externo, mientras deja de lado otros que no son relevantes en ese momento. Es como si se tuviera un “foco mental” que decide hacia dónde dirigir la actividad psíquica para poder tener un correcto procesamiento, aprendizaje, entendimiento y reacción de los estímulos. En ocasiones dicho foco se mueve solo, por lo que se necesita entrenarlo para mantenerlo donde más convenga, por ejemplo, para estudiar sin distracciones o prestar atención a una persona centrándose en escuchar lo que dice. ⁽³⁾

Considerando la magnitud de la atención como proceso cognitivo en el desarrollo psicológico del individuo y su repercusión en el proceso de aprendizaje se planteó como objetivo argumentar sobre la atención como proceso cognitivo.

III MÉTODOS

Este estudio constituye una revisión actualizada de la literatura científica respecto a la atención como proceso cognitivo. Se consideraron estudios científicos de varios países.

La estrategia de búsqueda se realizó a través de Google Scholar, la Academia Educación, Scielo ERIC y la Biblioteca Virtual de Salud en Cuba, lo que nos propició información de varias revistas científicas.

IV RESULTADOS

La atención es un proceso complejo que implica una relación con el objeto, entendido este en su aceptación más general, y constituye la orientación psicológica que organiza la actividad psíquica y contribuye a dar imagen o reflejo del mundo. Esta es más que un proceso, es una condición de la actividad psíquica y tiene una estrecha relación con la memoria. Puede ser definida como la orientación selectiva de los procesos psíquicos hacia determinado objeto o fenómeno. Por lo que podría decirse que podemos definirla como la capacidad de seleccionar y concentrarse en los estímulos que parecen relevantes, teniendo en cuenta los intereses, emociones, motivaciones y deseos, por lo que su naturaleza es multifacética e influye en el aprendizaje. ⁽⁴⁾

La atención es un proceso cognitivo que participa en la adquisición, almacenamiento, recuperación y utilización del conocimiento y cumple un rol cardinal en la activación de los procesos cognitivos básicos (percepción, memoria). ^(5, 6)

la atención modifica la estructura de los procesos psicológicos, haciendo que estos aparezcan como actividades orientadas a ciertos objetos, lo que se produce de acuerdo al contenido de las actividades planteadas que guían el desarrollo de los procesos psíquicos. ⁽⁴⁾

La atención es un mecanismo central de capacidad limitada cuya función primordial es controlar y orientar la actividad consciente del organismo conforme a un objetivo determinado. ⁽⁴⁾

La atención “es un proceso discriminativo y complejo, que acompaña todo el procesamiento cognitivo, además de ser responsable de filtrar información e ir asignando los recursos para permitir la adaptación interna del organismo en relación a las demandas externas, son los objetos que tienden a ser visualizados y analizados ⁽⁵⁾

En la psicología se reconocen varios tipos de atención como son la atención involuntaria, la atención voluntaria, la atención estética, la atención dinámica, la atención concentrada y la atención distribuida. ⁽⁷⁾

La atención involuntaria es provocada por causas externas que actúan sobre el hombre en un momento dado. Este tipo de atención se caracteriza porque el individuo no se prepara previamente para la percepción de la acción, también se presenta de repente, inmediatamente después de la acción del estímulo y su intensidad está condicionada por sus particularidades y finalmente presenta una rápida culminación dura mientras actúan los respectivos estímulos y cesa si no se toman las medidas necesarias para su fijación premeditada. ⁽⁷⁾

Mientras que la atención voluntaria surge como resultado de los esfuerzos conscientes del hombre, dirigidos a un mejor desempeño de una u otra actividad; se caracteriza por una definición concreta, la organización y la elevada estabilidad. La atención voluntaria es provocada no por todos los objetos, de entre muchos objetos, se escogen aquellos que son necesarios para la realización de un tipo de actividad específica. Los intereses del individuo, que la motivan a ocuparse en un tipo de actividad. ⁽⁷⁾

También está la atención estática y la atención dinámica estos dos tipos de atención se ponen de manifiesto en el proceso de un trabajo prolongado que requiere de mucho tiempo para su realización. Se denomina atención estática a la atención cuya alta intensidad surge con facilidad al inicio mismo del trabajo y se conserva en el transcurso de todo el tiempo de su realización y la atención dinámica se caracteriza por la escasa intensidad y tan solo mediante grandes esfuerzos aumenta. ⁽⁷⁾

La atención centrada está dirigida hacia algún objeto o tipo de actividad, se distingue por un alto grado de intensidad lo que es necesario para realizar efectivamente los tipos de actividad importantes para el hombre. ⁽⁷⁾

La atención distribuida que está distribuida simultáneamente hacia varios objetos o tipos de actividad. Cuando la atención es distribuida cada uno de los tipos de actividad que se abarca se produce una intensidad relativamente menor de la atención que cuando está concentrada. ⁽⁷⁾

La atención es una función cognitiva que permite enfocar de manera activa y pasiva, voluntaria o involuntaria, el interés y la conciencia de la persona hacia un estímulo o acontecimiento (interno o externo).

La atención precede a la percepción y a la acción, realizando una selección entre todos los estímulos perceptivos presentes en un momento concreto. Es decir, filtrando las señales sensoriales durante la vigilia proveniente de los factores internos y externos del individuo y dirigiendo el interés de la persona de manera selectiva o a través de un ulterior esfuerzo de concentración hacia una fuente particular de estimulación. La atención está relacionada con tres funciones básicas de la mente: la conciencia, la vigilia y las emociones. ⁽⁸⁾

Entre las funciones de la atención se encuentran el control sobre la capacidad cognitiva. Activación del organismo ante situaciones novedosas y planificadas, o insuficientemente aprendidas. Prevención de la excesiva carga de información. Estructuración de la actividad humana. Facilita la motivación consiente hacia el desarrollo de habilidades y determina la dirección de la atención. Asegura un procedimiento perceptivo adecuado de los estímulos sensoriales más relevantes. ⁽⁹⁾

La atención tiene base fisiológica que involucra la actividad de varias áreas del cerebro. El Sistema Reticular y Activador Ascendente (ARAS) es fundamental en la regulación del nivel de alerta y atención, enviando señales desde la medula espinal hasta la corteza cerebral. La corteza prefrontal también cumple un rol central en la atención dirigida, la planificación y el control inhibitorio, colaborando con regiones parietales y temporales para integrar información sensorial. Los sistemas visual y auditivo permiten enfocar la atención en estímulos específicos, como objetos visuales o sonidos concretos. ⁽¹⁰⁾

Estas funciones están respaldadas por redes neuronales ubicadas en el tronco encefálico, con proyecciones que alcanzan regiones del diencefalo y telencefalo. Por ejemplo, las proyecciones colinérgicas desde el cerebro anterior basal inervan la corteza y el hipocampo. Asimismo, la histamina, producida en el hipotálamo, también participa en la modulación atencional. La formación reticular troncoencefálica, compuesta por grupos neuronales según su neurotransmisor (acetilcolina, dopamina, serotonina, noradrenalina) se considera un sistema clave en la activación cortical, actuando a menudo a través del tálamo. Por ultimo las lesiones en núcleos talámicos intralaminares, el núcleo reticular o áreas asociativas corticales (prefrontal, temporal ventral, parietal y posterior) pueden causar déficits generalizados en la atención. ⁽¹⁰⁾

La atención es un estado neurocognitivo cerebral que antecede a la percepción y a la acción, y es resultado de una red de conexiones corticales y subcorticales de predominio hemisférico derecho. Las neuronas responsables de los procesos de atención están localizadas en diferentes segmentos del sistema nervioso central. Estas neuronas forman entre ellas patrones de conectividad muy complejos, que constituyen un sistema neuronal distribuido, con nodos ubicados en diferentes niveles. Por ello, el proceso de atención no puede ser emplazado en una región específica. Dentro de las partes implicadas en el proceso atencional se hallan la formación reticular, la corteza parietal posterior, la circunvolución del cíngulo o componente límbico y la corteza prefrontal. ⁽⁶⁾

Para describir e interpretar el proceso de la atención desde un enfoque cualitativo, que permita ver la expresión sistémica y simbólica de la subjetividad del sujeto objeto de estudio se explora la atención utilizando diferentes tipos de instrumentos como la entrevista semiestructurada, que es una técnica de investigación cualitativa que consiste en una conversación planificada entre un entrevistador y entrevistado, con el propósito de obtener información relevante sobre un tema específico. Esta interacción se caracteriza por la flexibilidad, la profundidad en las respuestas y la posibilidad de explorar significados subjetivos. ⁽¹¹⁾

Otro método que aporta información al evaluar la atención es el Test breve para Evaluar Atención (Versión Screening), el cual está enfocado en la evaluación de la atención sostenida y selectiva. ⁽¹¹⁾

Igualmente se encuentra el Test breve para evaluar la atención voluntaria (TAV-5), que explora la atención voluntaria, la selección consiente de estímulos relevantes, la inhibición de distractores mediante recursos cognitivos limitados. Todo lo que se asocia con redes frontoparietales y funciones ejecutivas, siendo crucial para tareas que requieren focalización sostenida y resistencia a inferencias. ⁽¹¹⁾

Se pueden realizar estrategias cognitivas personalizadas que fortalezcan la selección, distribución y mantenimiento de la atención. ⁽¹²⁾

Esto implica enseñar al sujeto a identificar sus distracciones, establecerse metas claras, y aplicar técnicas como la autorregulación emocional y la práctica de la atención plena. El acompañamiento psicológico permite abordar factores que afectan esa atención del sujeto como los son el estrés, la fatiga o la baja motivación, el entorno de aprendizaje un entorno externo e interno más favorable para el procesamiento cognitivo eficiente del individuo. La atención es un proceso cognitivo fundamental para el aprendizaje. ^(12, 13)

Estrategias atencionales basada en la técnica de mindfulness a estudiantes de educación primaria, cuyos resultados tuvieron un efecto sobre la habilidad del proceso atencional y en la alineación a la tarea. Lo que indica que cuando se estimula la atención se logra el interés por las actividades académicas. ⁽¹⁴⁾

Las acciones que se diseñan para la estimulación del desarrollo de los procesos atencionales efectivos posibilitan, que el sujeto desarrolle procesos atencionales generando sentido y significado a los fenómenos que observa, no para generar reacciones instintivas, sino para propiciar que la atención se convierta en un modelo que proyecte en el sujeto resultados favorables de modo que contribuya a su aprendizaje significativo. ⁽¹⁴⁾

Otras estrategias de utilidad para fortalecer el desarrollo de los procesos atencionales es el diseño del ambiente de aprendizaje, la incorporación de tecnologías educativas, elevar la autoconciencia y estimular la motivación hacia la tarea. Además, se recomienda la práctica de la meditación para mejorar la atención. ⁽¹³⁾

V CONCLUSIONES

La atención como proceso cognitivo tiene carácter selectivo y permite filtrar la información. El individuo es capaz de seleccionar y organizar los estímulos externos dependiendo de sus intereses, experiencias y motivaciones personales. Un adecuado desarrollo de este proceso cognitivo contribuye significativamente en el aprendizaje del individuo y en el desarrollo psicológico y de su personalidad. La atención tiene varios tipos como son la voluntaria, la involuntaria, la sostenida y la selectiva, entre otros.

VI REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Definiciones S.F. Procesos cognitivos: que son, definición y concepto. Disponible en: <https://definicion.de/procesos-cognitivos/>
2. Fernández Olaria R, Flórez J. La atención: bases fundamentales. Fundación Iberoamericana Down. [citado 26 Jun. 2025]. Disponible en: <https://www.downciclopedia.org/neurobiologia/la-atencion-bases-fundamentales>

3. Carpio Lozada B. Desarrollo de la atención selectiva a través del juego en estudiantes de educación superior. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*. 2020; 11(2). [citado 20 Jun. 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.2.425>
4. Jiménez Martínez M, Nieto Súa D, Manrique Abril F. Atención y memoria en estudiantes de básica primaria de instituciones públicas rurales de Boyacá, Colombia. *Diversitas*. 2021; 17(2):1-17. Disponible en: <https://doi.org/10.15332/22563067.7107>
5. Carrillo Ramírez CE, Triana Reina HR. Relación de la composición corporal y la velocidad de procesamiento cognitivo en estudiantes universitarios. Un estudio transversal. *NOVA*. 2021; 19 (36) Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/nova/v19n36/1794-2470-nova-19-36-143.pdf>
6. Machado Bagué M, Márquez Valdés AM, Acosta Bandomo RU. Consideraciones teóricas sobre la concentración de la atención en educandos. *Revista de Educación y Desarrollo*. 2021; (59). Disponible en: https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/59/59_Machado.pdf
7. Cuellar A, Roloff G. *Nociones de psicología general*; 1977. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
8. Asociación de Psicólogos de Madrid. *La atención: Tipos y test para evaluar el rendimiento cognitivo*. Asociación de Psicólogos de Madrid; 2025. [citado 22 Jul. 2025]. Disponible en: <https://www.ags-psicologosmadrid.com>
9. Antipkina T. Los procesos de la atención. *Psicología*; 1990. URSS: Editorial Planeta. p. 223-234.
10. Guerri M. La atención y sus bases fisiológicas. *PsicoActiva*. 2025. [citado 30 Jun. 2025]. Disponible en: <https://www.psicoactiva.com/blog/la-atencion-bases-fisiologicas>
11. Sampieri RH, Collado CF, Lucio MP. *Metodología de la Investigación*; 2014. México: McGraw-Hill Education. p. 385.
12. Rojas MP. Atención en el aprendizaje: Una base para la educación. *Neuro-Class*; 2020. Disponible en: <https://neuro-class.com/atencion-en-el-aprendizaje-una-base-para-la-educacion/>
13. Vera M, Mendoza A. La atención como proceso cognitivo para estimular el aprendizaje de los estudiantes. *Revista Científic*. 2024; 9(32): 320-339. [citado 30 May. 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.32.15.320-339>
14. Ramos M. Efectos de la práctica de mindfulness sobre la atención selectiva y sostenida y el control inhibitorio en alumnos de 4° y 5° año de Educación Primaria. Tesis de maestría. Buenos Aires: FLACSO. 2021.