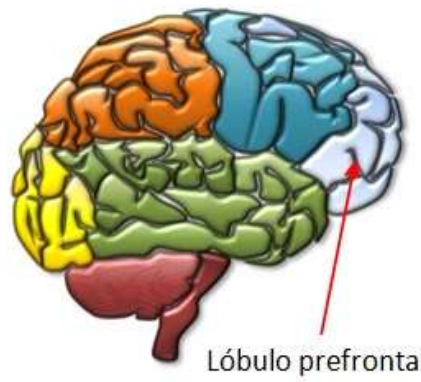
Asociación Educar
Ciencias y Neurociencias
Aplicadas al desarrollo humano
Artículos y Notas

En el cerebro de los jóvenes están más activas las áreas responsables de la introspección mental.

Dr. Nse. Carlos Logatt Grabner

Todo padre que tenga hijos adolescentes, siente que a ellos les interesa aparentemente por encima de cualquier cosa, solo una, ellos mismos. Sin embargo esto que parece egoísmo, puede ser solo un paso fundamental en el desarrollo del cerebro de los jóvenes.

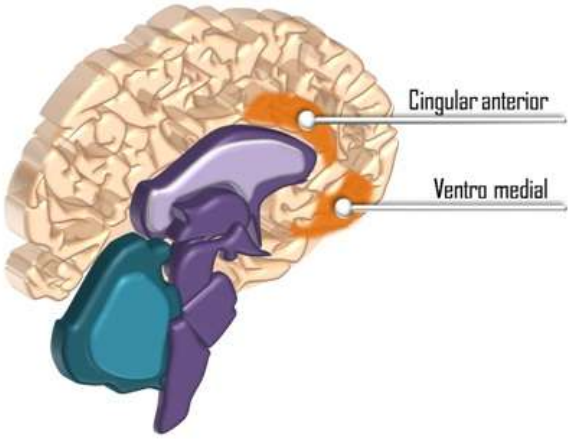
El lóbulo prefrontal, la zona más evolucionada de nuestro cerebro, tiene un rol fundamental en habilidades cognitivas, memoria de trabajo, toma de decisiones, monitoreo y control de nuestra conducta, lo que hoy se llama control ejecutivo.



Nuevos estudios llevados a cabo por la neurocientífica Sarah Blackmore y colegas del colegio Universitario de Londres, parecen revelar que esta característica se puede deberse a variaciones que se producen en la anatomía cerebral de los jóvenes y que se relaciona con el modo en que los seres humanos construimos nuestro sentido del yo. Una manera de hacer esta construcción, es poder reflexionar sobre el modo en que nos perciben los demás.

Para realizar el estudio los investigadores realizaron escáneres a los cerebros de un grupo de chicas con edades comprendidas entre los 10 y 18 años, mientras se imaginaban en situaciones incomodas en donde las veía una amiga, como por ejemplo hurgándose la nariz. Esto las llevaba a evocar emociones sociales de culpa y vergüenza.

Se comparo esta situación con otras en las que imaginaban asco o miedo, pero en donde no intervenían la presencia ni las opiniones de otros.



Pudiéndose observar que en las escenas de carácter social en donde se imaginaban descubiertas por otras personas, se activaba en mayor medida que en cerebros de mujeres adultas (22 a 38 años), la corteza prefrontal medial dorsal, (CPFM), una región que es de las últimas en desarrollarse antes de la edad adulta.

Según Blackmore, es lógico desde el punto de vista evolutivo que las adolescentes se preocupen por lo que piensan sus pares y atentas a desarrollar su socialización con ellos, ya que están en una edad en la cual se separan de sus padres y estos no pueden seguir protegiéndolas.

En otros estudios realizados con anterioridad, se observo también que cuando los jóvenes auto-examinan sus rasgos personales o las metas que deseaban alcanzar se activaba la corteza prefrontal medial dorsal. La acentuada actividad de este modulo en el cerebro de los jóvenes según Kevin Ochsner de la Universidad de Columbia sugiere que estos están en pleno aprendizaje de auto-observación.

El cerebro social: Una gran parte del cerebro humano está implicado en la interacción social y la comprensión de otras personas. Somos seres sociales que vivimos y sobrevivimos en grupos.

En las últimas décadas, las investigaciones han comenzado a arrojar luz sobre cómo el cerebro puede comprender e interactuar con otros. Estas funciones sociales, van desde el reconocimiento de rostros, gestos faciales y corporales, para evaluar lo que otra persona está pensando o sintiendo, permitiéndonos predecir lo que están a punto de hacer y poder comunicarnos y ajustar nuestras acciones.

Si bien estas áreas dedicadas a la introspección pueden estar más activas en la adolescencia, ya que los adultos recurren más a los conocimientos sobre sí mismos que tienen en su memoria, lo están toda la vida, ya que en situaciones de vida novedosas, como por ejemplo la paternidad o un cambio de trabajo vuelvan a la acción.

Este trabajo como muchos otros, si bien aún es muy nuevo y debe ser ampliado, es importante de conocer e incorporar a nuestro bagaje de conocimientos (***Neurosicoeducación***) para que podamos comprender cuanto hay por descubrir sobre nosotros mismos y a los otros, y sobre las distintas etapas por las cuales pasan nuestras UCCM (unidades cuerpo cerebro mente).