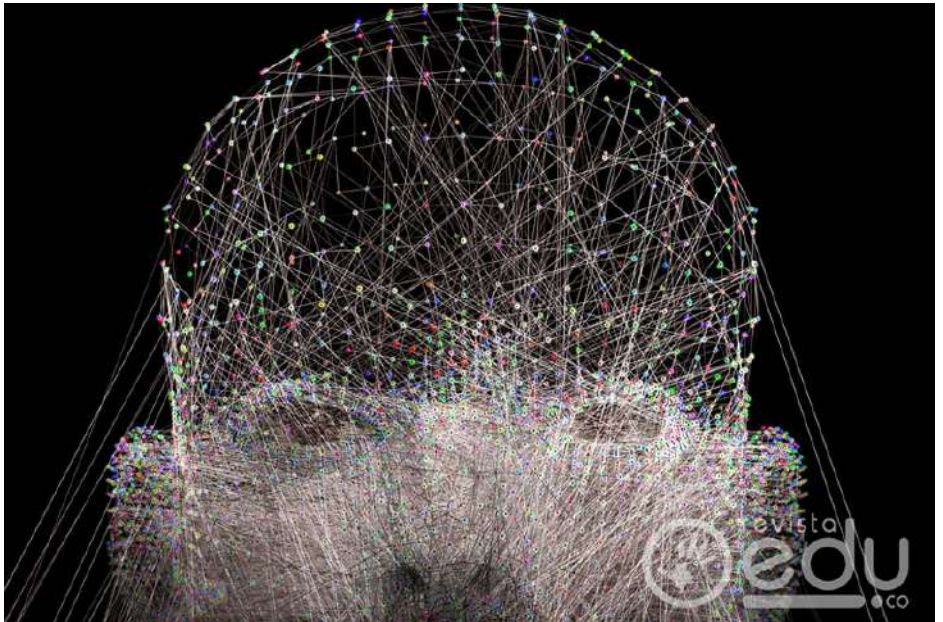


NEUROMITOS: SU INFLUENCIA EN EL AULA Y EN LOS PADRES DE FAMILIA (3ª. ENTREGA)

NOVIEMBRE 14, 2018 |

POR: REDACCIÓN ESPECIAL REVISTA EDU.CO

Mito 15: Entre más nos expresemos con el rostro serio, sin sonrisas, ni risas, más nos toman en serio y más nos respetan; es la mejor forma de expresar nuestra autoridad.



"Adalberto Loaiza, rector del Colegio Bilingüe Richmond de Bogotá".

Es una creencia equivocada, que va en contravía de la simpatía y empatía que, de acuerdo con los estudios científicos de neurólogos, por el contrario, ayudan a conectarse fácilmente con las personas. Un rostro sonriente se conecta mejor con las personas, no solo por el placer, la simpatía y empatía que produce a las personas, sino también por la producción de endorfinas en quien sonríe o ríe. Al

respecto, Ron Gutman afirma: "Sonreír está bien visto ante los ojos de los demás. Un estudio reciente de la Universidad de Penn State halló que cuando uno sonríe, no solo uno aparece más apacible y cortés, sino más competente". Y termina Gutman diciendo: "Si queremos vernos geniales, reducir el estrés, mejorar el matrimonio, sentir que acabamos de comer una barra de chocolate, sin pagar

el costo calórico, /.../ si queremos adquirir un superpoder que nos ayude a nosotros o a quienes nos rodean, a vivir más, con más salud, tener vidas más felices, sonriamos"(13). Por otra parte, el médico neurólogo Suraj Muley, neurólogo del Barrow Neurological Institute el cual hace parte de Dignity Health St. Joseph's Hospital y Medical Center, de Arizona (EE UU) afirma: "A través de

estudios de resonancia magnética (MRI), sabemos que cuando una persona ve sonrisas, las áreas asociadas con el sistema de recompensa del cerebro se activan, lo que demuestra que hay de hecho una razón científica para sonreír (14). Desde el punto de vista pedagógico, es la mejor manera de relacionarnos con los estudiantes y en general con la comunidad educativa, y es la mejor estrategia para orientar y educar a nuestros alumnos, o hijos. La risa o la sonrisa tienen tal poder efectivo para tranquilizar, orientar y educar, que hoy se habla y se tematiza frecuentemente como la risa y sonrisa pedagógicas; para decirlo de alguna manera, son muy milagrosas, porque infunden confianza y facilitan la conexión interpersonal para orientar y educar, además, se da buen ejemplo, tanto dentro del aula, como fuera de ella. Por otra parte, quien tiene fobia a sonreír o a reír, según los especialistas, es lo que se denomina como gelotofobia, por lo cual, los que la padecen sufren de ansiedad, baja autoestima y se les dificulta establecer relaciones sociales y afectivas (15).

Mito 16: Los niños no deben aprender una segunda lengua o más, hasta que no aprendan primero bien su

lengua materna; aprender varias lenguas a la vez, confunde el cerebro del niño y le dificulta su desarrollo intelectual. Esta creencia también es falsa, carece de soporte científico; por el contrario, los niños que hablan dos idiomas o más son más rápidos cuando se les pide que clasifiquen y ordenen figuras geométricas de distintos colores; según el neurólogo y comunicador Antonio Rial: “los cerebros bilingües tienen fortalecido el sistema que dirige la solución de problemas, son más capaces de concentrarse, se distraen menos y son más hábiles aprendiendo” (16). Adicionalmente, quienes hemos tenido experiencias comunicativas con niños políglotas, en el contexto, por ejemplo europeo, y los comparamos con experiencias comunicativas con niños monolingües, los primeros son notables por su agilidad mental, concentración y disciplina.

Mito 17: Después de cierta edad, como en el caso de personas de la tercera edad, ya no tienen capacidad de aprender. Esta afirmación no tiene soporte científico. En toda edad, cualquiera que sea, el cerebro no pierde su capacidad de aprender, por la característica de plasticidad que éste tiene.

Además, si el cerebro se ejercita, éste se fortalece en aquello en lo cual se ejercite, no importa la edad que se tenga, salvo casos por limitaciones impuestas por alguna enfermedad, o accidente. Al respecto, las neurólogas científicas Sarah-Jaine Blakemore y Uta Frith, afirman: “El aprendizaje se produce en todas las edades y nunca es demasiado tarde para aprender. El cerebro goza de una plasticidad ininterrumpida –es decir, una capacidad para adaptarse a circunstancias cambiantes y adquirir información nueva- hasta la vejez, cuando dicha capacidad disminuye” (17).

Mito 18: El trasnochar y a última hora revisar y repasar un contenido, es suficiente para aprender y aprobar un examen. Es una creencia, especialmente entre estudiantes de colegio y de universidad, y típicamente cultural en muchos países, cuando no han estudiado ni puesto atención a las orientaciones y experiencias de apoyo a los aprendizajes, en el transcurso del año, o del semestre, en el desarrollo de los contenidos. Desde luego, esta creencia no tiene soporte científico; por el contrario, el cerebro requiere del descanso mediante el dormir las horas

necesarias, entre 8 o 9 horas, para la buena salud de las neuronas. Gracias al sueño, es que se consolida todo lo aprendido durante el día; cuando falta el sueño, disminuye la atención y aumenta el cansancio; lo más grave, es que por no dormir, se acumulan toxinas en las neuronas, lo cual, según los resultados de muchas investigaciones, es una de las causas para enfermarse del Alzheimer. Por otra parte, las neurólogas Sarah-Jaine Blakemore y Uta Frith afirman: “La privación del sueño afecta al aprendizaje y a la toma de decisiones” (18), y más adelante: “Cuando los seres humanos o los animales aprenden una tarea determinada /.../ y se ven privados de sueño, /.../, al día siguiente, su rendimiento en la tarea disminuye radicalmente” (19). También, gracias al sueño, el cerebro aprende y recuerda fácilmente lo comprendido dentro de una vivencia contextualizada, en el momento destinado normalmente al aprendizaje de algo, cuando también se comparte la emoción por aprender lo interesante y según la curiosidad, por

ejemplo en el momento de la clase, del laboratorio, o de la práctica. Al respecto, el neurocientífico colombiano Rodolfo Llinás afirma: “Es fácil adivinar que este aprendizaje depende enteramente del contexto interno prevalente en el momento, del estatus emocional particular” (20). Finalmente, como recomendación, a los estudiantes es que no deben estudiar o repasar a última hora para “pasar un examen o prueba escolar”, sino para tener la satisfacción de aprender.

Mito 19: “Loro viejo no aprende a hablar”. Este mito se refiere en particular a personas adultas, o de edad, especialmente después de los 50 años, para referirse a que ya no pueden aprender una lengua extranjera. Este mito tampoco tiene soporte científico, debido a que el cerebro por su característica de plasticidad, mientras viva tiene la capacidad de aprender otra lengua; la dificultad y agilidad dependerán particularmente de la experiencia en el aprendizaje de otra u otras lenguas extranjeras, pues, la

facilidad o dificultad dependerá de qué tanto ha ejercitado su cerebro en este aspecto. Basta con conocer el contexto Europeo, para evidenciar cómo muchísimas personas entienden, hablan, leen y escriben varias lenguas; o al menos, las entienden, leen y hablan; además, cómo muchas personas de la tercera edad, estudian y aprenden nuevas lenguas, ya sea por razones de turismo o de necesidades académicas. Además, el aprender idiomas significa mejoramiento de aprendizajes, y salud preventiva. De acuerdo a múltiples investigaciones de neurólogos, por ejemplo, los descubrimientos presentados en el 2011 de la American Association for the Advancement of Science el aprender más de una lengua da enorme beneficios para fortalecer el cerebro, como por ejemplo en los aprendizajes, concentración mental, memoria, comprensión (21). También según la Asociación Estadounidense para el Avance de la Ciencia y varios científicos neurólogos, como el médico y neurólogo holandés, Dick Swaab (22), el

aprender más de una lengua, previene de enfermedades degenerativas del cerebro, como, por ejemplo el alzheimer.(23). Según resultados de las investigaciones de la psicóloga Ellen Bialystok, de la Universidad de York en Canadá, aprender un nuevo idioma retrasa los procesos de envejecimiento del cerebro y genera mecanismos de protección y reservas cognitivas (24).

FUENTE: JESÚS GÜTTEMBERG BOHÓRQUEZ C.

LIC. UNIVERSIDAD JAVERIANA, BOGOTÁ, COLOMBIA

POSTGRADO UNIV. DE AUGSBURG (ALEMANIA)

EXINVESTIGADOR DEL INSTITUTO CARO Y CUERVO, BOGOTÁ

EXINVESTIGADOR DEL SPRACHENZENTRUM, DE LA UNIV. DE AUGSBURG

FUNDADOR DEL COLEGIO GIMNASIO LAS PALMAS Y DE CETINCOL SAS, BOGOTÁ

Sigue este artículo y más en www.revistaedu.co