

REGIÓN DE MURCIA

Carmen D. QUINTERO - Murcia

- **¿Qué es la neuroeducación?**

- La neuroeducación es la nueva rama que está surgiendo en el campo de la Neurociencia que intenta dar respuesta a las preguntas que se plantean en el campo educativo, sobre cómo ayudar de forma más eficaz al aprendizaje escolar del niño. Como su nombre indica viene de conjugar un mayor conocimiento del cerebro humano aplicado al campo educativo.

- **Desde la biología, usted se ha especializado en el desarrollo del cerebro infantil. ¿Qué avances señalaría como los más destacados en el neurodesarrollo?**

- Creo que ha habido muchos avances en los últimos años, pero sin duda alguna son los estudios en neuroplasticidad los que creo que son más interesantes. La interacción entre la genética y la epigenética, a nivel cerebral y como el entorno modula el desarrollo, especialmente en los primeros años de vida, y como todo ello actúa como andamiaje básico para el futuro es sin duda el mayor avance en la comprensión de todo este proceso.

- **Hace poco, en un curso que usted impartió en la UCAM hacía referencia a los grandes avances que podrían darse en niños autistas**

- La mejor comprensión de los procesos biológicos que subyacen a este trastorno del neurodesarrollo, nos permitirá en los próximos años trabajar de forma más eficaz y respetuosa con los niños autistas. Así mismo, podremos explicar a padres, maestros, etc, las bases neurobiológicas de su comportamiento.

- **¿Está la educación pública y privada utilizando los nuevos descubrimientos?**

- Sin duda cada vez más. Estamos empezando desde la formación de padres y profesores, que cada vez muestran más sensibilidad por estos temas, así como de los nuevos profesionales que se están formando en la Universidad, tanto a nivel de los grados como de los másters. Aun nos queda un largo recorrido, pero vamos avanzando en la dirección correcta.

- **Además de investigar continuamente, usted se dedica también a la formación, ¿cómo ha evolucionado el estudio del cerebro?**

- Desde que Ramón y Cajal, a principios del siglo XX describió la teoría de la neurona, hasta nuestros días, donde la Neurocultura, como la denomina el doctor Francisco Mora, ha llegado para quedarse, no se ha parado de estudiar el cerebro. Posi-

Las investigaciones que lleva a cabo la directora de la Cátedra de Neurodesarrollo y Neurociencia de la UCAM le ha permitido desarrollar programas a medida de las necesidades de cada niño

MARÍA J. LÓPEZ JUEZ

NEUROBIÓLOGA

«La actividad y la nutrición ayudan a cuidar el cerebro»



La Razón

blemente es uno de los campos del conocimiento que más nos interesa a los humanos: conocernos a nosotros mismos. La evolución del estudio del Sistema Nervioso Central cubre todos los frentes posibles: genético, bioquímico, comportamental, etc. y en todos ellos los avances han sido espectaculares, unidos a su vez a técnicas de neuroimagen y de análisis cada vez más complejos.

- **En alguna ocasión ha comentado que su trabajo es artesanal porque en los cerebros de los niños en los que no se han construido los circuitos cerebrales como deberían, ustedes generan unos circuitos nuevos alternativos. ¿Cuál ha sido su experiencia desde que inició su andadura en Neocortex?**

- En realidad mi andadura co-

«TENGO UNO DE LOS TRABAJOS MÁS INCREÍBLES Y MARAVILLOSOS QUE HAY EN EL MUNDO»

«TRABAJAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES LA HERRAMIENTA PARA CONTROLAR EL ESTRÉS»

menzó hace ya más de 30 años, cuando al terminar de estudiar en España, conseguí una beca en EEUU para estudiar Desarrollo Cerebral Infantil. En el Centro de Organización Neurológica Neocortex llevo trabajando los últimos 17 años, con niños con diversos tipos de problemas de neurodesarrollo. Nuestro trabajo consiste en evaluar y diseñar programas a medida de las necesidades de cada niño, en cada momento de su desarrollo. Mi experiencia profesional no se puede separar de mi experiencia personal, tengo uno de los trabajos más increíbles y maravillosos del mundo: nunca pensé que mi vida profesional iba a ser tan enriquecedora a todos los niveles.

- **Usted forma parte de un equipo multidisciplinar de especialistas.**

¿Cuáles han sido sus mayores logros?

- Trabajando con niños con problemas de neurodesarrollo cualquier avance por pequeño que sea es un gran logro, para todos: para el niño, para sus padres y para nosotros como profesionales. Ayudar al desarrollo motor, del lenguaje o de herramientas como la lectura o la escritura para el aprendizaje son parte de nuestro día a día.

- **¿Cuál es el trabajo que se desarrolla desde la Cátedra de Neurodesarrollo y Neurociencia que usted dirige en la UCAM?**

- En estos momentos nuestro trabajo fundamentalmente está dirigido a la formación tanto de padres como de profesionales, así como de los estudiantes. La organización de cursos y talleres para todos ellos, junto con el trabajo diario en CON Neocortex con padres y niños llenan mi agenda de actividades.

- **¿Cómo se puede cuidar el cerebro?**

- Existe un gran consenso entre todos los expertos en el tema sobre los tres ejes de actuación fundamentales: la actividad física, la nutrición y la actividad cognitiva. Según la edad de cada individuo estos tres ejes se gestionaran de una u otra manera. Sin embargo, al margen de la edad de cada individuo, hemos de mantener a lo largo de nuestra vida una actividad física adecuada, ya que el sedentarismo tiene unos efectos negativos muy importantes tanto sobre nuestro cuerpo como sobre nuestro cerebro; cuidar nuestra alimentación con una dieta sana rica en frutas y verduras, baja en hidratos de carbono refinados y con grasas saludables, y finalmente el aprendizaje, es decir la actividad cognitiva, mantener nuestro cerebro en modo aprendizaje y en estado de alerta en el mundo, frente una actitud de rutina, de desconexión con el entorno, etc, son herramientas fundamentales para el neurobienestar. Finalmente, yo también añadiría que el trabajo en el desarrollo de la Inteligencia Emocional sería otra de las herramientas fundamentales, dado su papel en el control del estrés.

- **¿Qué le diría usted a los padres, a los profesores y a la sociedad en general?**

- Mi mensaje a todos los padres, profesionales y a la sociedad en general es de esperanza y optimismo. Sigamos estudiando como crece y se desarrolla el cerebro, sigamos buscando respuestas, sigamos con esta aventura de conocer nuestros cerebros y descubramos la maravillosa realidad que está detrás.