

¿Es posible prevenir un “corazón roto” por una ruptura?



Según Barbara Shakian, de la Universidad de Cambridge, encargada de estudiar las bases neuronales de las disfunciones emocionales y conductuales , se puede entrenar el cerebro para aliviar el dolor de un corazón roto. Mediante el uso de unas pruebas computarizadas, la neuróloga cree que es posible reprogramar el cerebro para superar las rupturas y evitar los arrepentimientos posteriores, como los mensajes de texto.

La prueba sería tan sencilla como señalar correctamente unas flechas parpadeantes que señalan a la izquierda o a la derecha en una pantalla de ordenador, y detenerse cuando suene un zumbido. Esto tan sencillo ayuda a la corteza prefrontal, una región cerebral asociada con las funciones ejecutivas y con el control inhibitorio. Barbara Shakian afirma que “esta parte del cerebro puede ser ejercida de manera similar a los músculos, aumentando su capacidad de respuesta ante el estrés emocional”.

“Los lóbulos frontales ejercen el control en muchas situaciones diferentes, ya sea en una tarea de entrenamiento cerebral o pensando sobre el amor perdido”, añade. “Es como ejercitar un músculo: hay que darle al cerebro las herramientas para evitar pensar en la otra persona”.

Barbara cree que es posible que la corteza prefrontal puede ser entrenada; sin embargo, esto puede tomar algo de tiempo y puede ser difícil de conseguir. Pero podría servir de ayuda si se hacen las evoluciones adecuadas. Hasta que pueda ser probado y testado, no obstante, seguirá siendo un tema de debate.

Fuente: nosabesnada.