

Usamos 10% del cerebro: ¿mito o realidad?

Mucho se estudia sobre el cerebro humano y mucho también se dice y se cree por ahí; que solamente usamos el 10% de nuestra capacidad cerebral, que cada uno de sus hemisferios cumple funciones determinadas, y hasta que escuchar cierto tipo de música nos hace más inteligentes. Pero, ¿es esto así?

Todos hemos escuchado alguna vez que solo usamos el 10% de nuestro cerebro. Por ejemplo, una encuesta promovida por la Fundación Michael J. Fox, del actor estadounidense, reveló que el 65% de los consultados consideran que esto es así.



La idea es atractiva; si puedo hacer todo lo que hago con un 10% de mi cerebro, ¿qué pasaría con el otro 90%? De hecho, esta premisa ha motivado múltiples producciones de cine de ciencia ficción en las que sus protagonistas logran alcanzar ese tal 100% y pasan a hacer cosas increíbles, por ejemplo, aprender idiomas de forma instantánea. Así lo hace John

Travolta, en Fenómeno (1996), o Scarlet Johanson que se vuelve una experta en artes marciales, en Lucy (2014).

Sin embargo, lejos está esa idea de ser cierta y especialistas se han cansado de explicarlo. Aun así, el mito del uso del 10% del cerebro ha sobrevivido por generaciones. El psicólogo canadiense Barry L. Beyerstein, por ejemplo, ha refutado esta idea en siete puntos claves.

Por ejemplo, a través de los estudios sobre daño cerebral: si la mayoría de nuestro cerebro no se utilizara, la mayoría de lesiones cerebrales no tendrían consecuencia alguna. En cambio, todas las lesiones cerebrales producen, en mayor o menor medida, pérdidas de habilidades, explica.

Entre otros puntos, se destaca también la comprobación científica del uso total del cerebro a partir de imágenes cerebrales a través de tomografías, que permiten observar que, incluso al dormir, todas nuestras partes del cerebro están en actividad.

¿Quién dijo que solo usamos 10% del cerebro?

Entonces, ¿de dónde salió este mito? Algunos atribuyen esta idea al psicólogo estadounidense del siglo 19 William James, y otros a Albert Einstein. Aunque se desconoce con exactitud su origen, es una de las premisas que guía a las corrientes de la literatura de autoayuda estadounidense. Un ejemplo claro de ello es la mención de esta idea en el libro de 1936 Cómo ganar amigos e influir en las personas, de Dale Carnegie.

Aunque pueda resultar decepcionante para algunos, los especialistas recuerdan que, de cualquier forma, el desarrollo cerebral siempre puede incrementarse, y que cualquier habilidad que se entrene lo suficiente ayuda a que nuestro cerebro funcione de forma más óptima.

Otros mitos del cerebro

Asimismo, otros mitos circulan en torno al funcionamiento del cerebro humano. Por ejemplo, en lo que refiere la separación de los hemisferios cerebrales entre el izquierdo –al que se le atribuye la capacidad racional y lógica– y el derecho –relacionado con la intuición y la creatividad–.

“Ambos hemisferios se encuentran conectados, física y funcionalmente, por una banda de fibras nerviosas que se conoce con el nombre de cuerpo calloso”, [explica](#) a La Vanguardia el doctor en Medicina y Neurociencia Francisco Mora Teruel.

Esto significa que el cerebro funciona como una unidad, y la tendencia de una persona a interesarse más por el arte o por la matemática está mucho más vinculada a su contexto sociocultural que a cualidades puramente cerebrales, añade.

Por otra parte, otro clásico mito es el del ‘efecto Mozart’. En 1993, la revista Nature publicó una investigación de la Universidad de California que aseguraba que los estudiantes que habían escuchado Mozarte durante 10 minutos “aumentaban temporalmente su capacidad intelectual de modo significativo” frente a los que no lo habían hecho, cuenta Mora Teruel.

La repercusión fue tal que hasta el día de hoy muchos padres primerizos ponen música clásica a sus hijos para dormir, con el fin de incentivar su capacidad neuronal, y la práctica se ha llevado incluso a las granjas, donde productores ponen esta música a sus vacas para que produzcan más leche.

Sin embargo, en 2007, la revista Nature publicó un nuevo artículo titulado “Mozart no te hace inteligente”, referenciando un estudio que el Gobierno alemán hizo para comprobar si el ‘efecto Mozart’ era algo real. “El informe determina la muerte del efecto Mozart”, sentenciaba el texto, pero aún así el mito continúa vigente.

Fuente: [sputniknews](#).