Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com

Martes, 15 marzo 2011 Hoy 11 / 18 | Mañana 9 / 19 |

laverdad.es

Edición: **Murcia** Ir a Edición Albacete » Ir a Edición Alicante » Personalizar

Iniciar sesión con Regístrate

Portada **Local** **Deportes** **Economía** **Más Actualidad** **Gente y TV** **Ocio** **Participa** **Blogs** **Servicios** **Hemeroteca** Vuelos internet IR

Región Murcia Cartagena Lorca Comarcas Fiestas ADEMÁS Cultura Opinión MULTIMEDIA Fotos Vídeos

Estás en: Murcia - La Verdad > Noticias Murcia > Noticias Región > **«La música estimula el cerebro y aumenta las conexiones entre las neuronas»**

LA GACETILLA

«La música estimula el cerebro y aumenta las conexiones entre las neuronas»

María Trinidad Herrero Ezquerro. Catedrática de Anatomía de la Universidad de Murcia

15.03.11 - 00:40 - MANUEL HERRERO |

María Trinidad Herrero es riojana. Se doctoró en Medicina en la Universidad de Navarra, y en la Universidad Francesa Pierre et Marie Curie se especializó en neuroanatomía. Ha dirigido más de veinte proyectos de investigación nacionales e internacionales. Tiene publicados más de ochenta trabajos en revistas internacionales. Pertenece a doce sociedades científicas y ha coordinado la VIII conmemoración de la semana mundial del cerebro, que se clausuró ayer en Murcia.

-¿Por qué una semana mundial dedicada al cerebro?

-Para divulgar en todo el mundo la investigación científica sobre el cerebro. También para explicar de forma sencilla cómo funciona y para qué sirve y que potencialidades tiene. Pretendemos dar a conocer los nuevos métodos que existen para diagnosticar y las nuevas estrategias terapéuticas para enfermedades del sistema nervioso que afectan a millones de personas en el mundo, como alzhéimer, párkinson, esquizofrenia, depresión, infarto cerebral o el dolor.

-'Potenciar la memoria, memorizando' ha sido el lema del programa de actividades de este año ¿Sólo se puede memorizar estudiando mucho?

-No se trata sólo de potenciar la memoria cuando se estudia, si no poder memorizar y hacer ejercicios mentales en cualquier actividad de la vida cotidiana, un ama de casa, un deportista, una persona que se dedique a los negocios o a la decoración, a la fontanería o a la informática, en cualquier actividad de la vida.

-Su conferencia se titula 'Chocolate: bienestar físico y psíquico' ¿Qué aporta el chocolate?

-La ciencia médica y la sabiduría popular han convenido que en el chocolate confluyen lo sabroso y lo nutritivo. El chocolate contiene más flavonoides que otros alimentos más populares como antioxidantes; más que el café, el té o el vino tinto. Los flavonoides del cacao también mantienen la función arterial y mejoran el flujo cerebral protegiendo el endotelio vascular tan imprescindible para el bienestar cerebral. Estudios en humanos han comprobado que mejora tanto el humor como las respuestas cognitivas. El chocolate es un suplemento energético fácil de consumir, muy agradable al gusto, y es apto para todas las edades. Pero se debe comer chocolate con concentraciones de cacao superior al 70%. Y muy importante, consumirlo con moderación, lentamente y dejando que se deshaga en la boca, degustándolo para aumentar las sensaciones placenteras en boca y, por supuesto, combinarlo con una dieta saludable y con ejercicio físico.

-¿Cómo influye la música en el cerebro?

-La música afecta positivamente al funcionamiento del cerebro, y estimula muchas áreas cerebrales aumentando las conexiones entre las neuronas. Es muy positiva para el desarrollo cerebral y se cree que desde el útero materno ya podemos reconocer sonidos musicales, ya que, estudios en bebes que habían sido estimulados mientras estaban en el vientre de su madre, su cerebro respondía de forma activa cuando volvían a escuchar aquellas melodías, meses después de haber nacido. Además, la memoria musical es una de las informaciones que más se tarda en perder durante el envejecimiento patológico.

-Dicen que el sexo se desarrolla en el cerebro, ¿cómo está la sociedad en este aspecto?

-Distingamos entre sexo, eros y amor. En el cerebro humano, se encuentran tres niveles de evolución. El sexo fisiológico 'per se' correspondería al cerebro más primitivo que, no obstante, forma parte intima e inseparable de nuestro cerebro humano; pero en los seres humanos el sexo además se acompaña de otras cualidades emocionales que implican al eros, y eventualmente además desarrollamos o tenemos la capacidad de sentir amor. Queda mucho por estudiar y conocer de las funciones del cerebro no sólo en las emociones si no también en la toma de decisiones.

TAGS RELACIONADOS

musica, estimula, cerebro, aumenta, conexiones, entre, neuronas

ANUNCIOS GOOGLE

Spa desde 9€, cena 5.95€
Hoy te ofrecemos planes exclusivos No los dejes escapar.Regístrate ya
Letsbonus.com

Sun-Lawyers/Adwokaci
Polecana Niezawisła Kancelaria Praw Twój polski doradca w Hiszpanii
www.sun-lawyers.pl

Curso de Peluquería y
Estética Canina en Murcia. ¡Y Trabaja en Lo Que Te Gusta!
www.MasterD.es/Peluqueria_Canina

Alquilo Local Reformado
Murcia Capital Céntrico 80 m2 Directo particular 595 Euros mes
www.infotrama.com

Powered by SARENET

laverdad.es

© LA VERDAD DIGITAL, S.L.(SOCIEDAD UNIPERSONAL).
Registro Mercantil de Murcia, Tomo 1.709, Libro 0, Folio 41, Sección 8, Hoja nº MU34509, Inscripción 1ª C.I.F.:B73096802. Domicilio social en .Camino Viejo de Monteagudo s/n. 30160. Murcia. Correo electrónico de contacto internet@laverdad.es. Copyright © .La Verdad Digital, S.L. (Sociedad Unipersonal)., Murcia., 2008. Incluye contenidos de la empresa citada, del medio La Verdad, y, en su caso, de otras empresas del grupo de la empresa o de terceros.

EN CUALQUIER CASO TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS:
Queda prohibida la reproducción, distribución, puesta a disposición, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización, incluyendo, en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos, a la que se manifiesta oposición expresa.

Contactar | Publicidad | Mapa Web | Aviso legal | Política de privacidad | Master El Correo

ENLACES VOCENTO

ABC.es
El Correo
nortecastilla.es
Elcomerciodigital.com
SUR digital
Qué.es
La Voz Digital
Punto Radio
hoyCinema
Infoempleo
11870.com
Hoy Digital
La Rioja.com
DiarioVasco.com
Ideal digital
Las Provincias
El Diario Montañés
Laverdad.es
Finanzas y planes de
hoyMotor
Autocasion