

Según el neurólogo Pedro Bermejo,

Las redes sociales ya han modificado nuestro cerebro

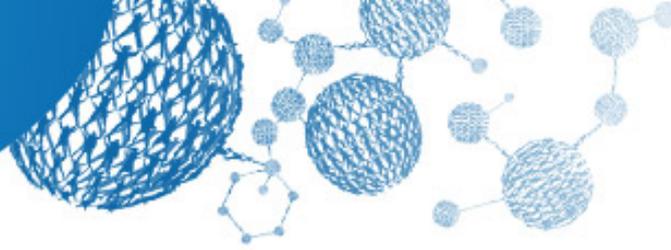
- El uso de redes sociales tiene efectos positivos y negativos sobre el cerebro
 - El desarrollo de nuevas conexiones neuronales y la creación de nuevos métodos de aprendizaje son algunas de sus ventajas mientras que la adicción que pueden provocar es su mayor inconveniente
 - Ya se observan cambios en la manera de aprender de los nativos digitales: pueden realizar varias tareas a la vez y encuentran la información más rápido
-

Madrid, 19 de abril de 2016 -. Hace aproximadamente diez años que las redes sociales llegaron a nuestras vidas y según los expertos en neurología, en este tiempo ya han sido capaces de modificar nuestro cerebro. Este ha sido uno de los temas centrales de la reunión 'Redes III', organizada por la compañía biomédica Pfizer, que ha reunido a psiquiatras de toda España en Córdoba.

Según las conclusiones de esta reunión, el uso de redes sociales tiene numerosos efectos positivos sobre el cerebro; desde el desarrollo de nuevas conexiones cerebrales hasta la creación de nuevos métodos de aprendizaje. De hecho, el cerebro parece ser capaz de crear nuevas redes neuronales mientras se navega por Facebook, Twitter o Youtube entre otras. Para los profesionales sanitarios, esto significa que el cerebro tiene la suficiente plasticidad para adaptarse a este tipo de nuevos retos.

Sin embargo, los expertos también señalan que las redes sociales y las nuevas tecnologías pueden provocar adicción dado que parte del procesamiento cerebral de las redes sociales tiene lugar en los circuitos relacionados con las recompensas y su uso no controlado podría estar asociado a algunos trastornos psiquiátricos como las adicciones.

Acerca de los efectos de las redes sociales sobre el cerebro, el **doctor Pedro Bermejo**, neurólogo y presidente de la Asociación Española de Neuroeconomía explica *“ya se han comprobado sobre nativos digitales y se conoce que estos aprenden de un modo ligeramente diferente a los que no lo son. Por una parte, los nativos digitales son capaces de hacer varias tareas a la vez con mejor resultado y por otra son más rápidos buscando información para dar respuesta a preguntas concretas”*. Y añade *“se ha comprobado que tienen mayor dificultad para discernir entre las fuentes de información fiables y la que no lo*



son, dándole más importancia a la información que captan de sus amigos y conocidos, y menos a las páginas web oficiales y más confiables”.

Las redes sociales desde el punto de vista médico

Desde una perspectiva biológica, se ha demostrado que las redes sociales provocan cambios en los neurotransmisores como la oxitocina, la adrenalina, la dopamina, la serotonina, la testosterona y el cortisol.

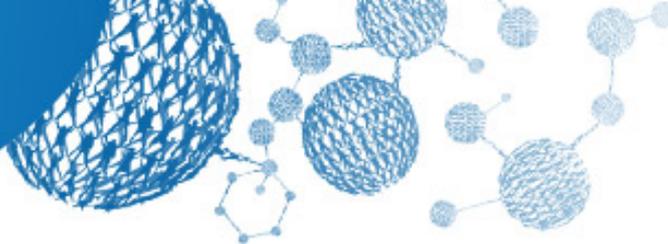
Mayores niveles de oxitocina se relacionan con más compras e inversión y con una mayor influencia de la familia y la pareja. La adrenalina, que se libera puntualmente en el uso de redes sociales estaría vinculada con la agresividad mientras que la dopamina se libera cuando se recibe un 'like'. De esta manera se activan los centros de recompensa y se incrementa la sensación de felicidad. Por esta razón a través de las redes sociales se pueden llegar a percibir como más positivos algunos productos. El aumento de la serotonina podría modificar los comportamientos sociales hacia un carácter más introvertido y la prioridad de los intereses individuales frente a los de grupo. Por otra parte, altos niveles de testosterona se vinculan con una menor tendencia a establecer nuevas amistades en Facebook y el cortisol tendría impacto en la fidelidad a las amistades.

Entre los cambios en las capacidades cerebrales, los expertos también señalan la influencia de las redes sociales en cuestiones como la pérdida de capacidad de concentración y de prestar atención, así como la de leer y escribir textos largos. Respecto a los beneficios sociales de las redes sociales existe consenso sobre el papel definitorio de las redes sociales en la búsqueda de pareja o relaciones sexuales, su impacto en la educación, búsqueda de trabajo o compra online.

Otros temas que también se han abordado durante la reunión han sido cómo el uso de las pantallas táctiles de los teléfonos inteligentes cambia la forma en que pulgares y cerebro trabajan en conjunto y cómo con el uso de Internet puede reactivar el cerebro adulto.

En este sentido, el **doctor Bermejo** señala *“sabemos que la utilización de Internet es capaz de activar numerosas áreas del cerebro adulto aunque todavía no se ha evaluado cómo las nuevas tecnologías pueden contribuir en la rehabilitación de pacientes con daño cerebral adquirido, como ictus o traumatismos craneoencefálicos. Es necesario incrementar la evidencia científica sobre la aplicación terapéutica de las nuevas tecnologías a los pacientes con lesiones cerebrales”*.

Aunque las ventajas son múltiples, un uso irresponsable de las redes sociales también puede poner en peligro la salud, los expertos vinculan algunas enfermedades inflamatorias o auditivas a un uso excesivo. Incluso alertan de que utilizar el teléfono móvil por la calle aumenta los atropellos y se calcula que en más del 90% de los accidentes en los que el responsable es el peatón, están relacionados con el uso de los smartphones.



Como conclusión, el **doctor Bermejo** señala “*aunque es muy difícil realizar predicciones en este tema, parece claro que nuestro cerebro se adaptará a tener una gran cantidad de información disponible con la que poder trabajar y cada vez será menos necesario almacenar información. Por ello, se prevé que las áreas de memoria de trabajo para manejar varios datos a la vez se ampliarán en detrimento de aquellas regiones cerebrales que utilizamos para memorizar a largo plazo*”.

Pfizer, trabajando juntos por un mundo más sano®

En Pfizer desarrollamos terapias innovadoras para contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas a través de la ciencia y de todos los recursos de los que disponemos. Nos esforzamos para que nuestros medicamentos estén a disposición de los pacientes y de los profesionales sanitarios, ajustándose a los más altos estándares de calidad y seguridad gracias al descubrimiento, desarrollo y fabricación de tratamientos para el cuidado de la salud.

Durante más de 150 años de compromiso con la sociedad, Pfizer en la actualidad cuenta con medicamentos, vacunas y algunos de los productos de consumo para el cuidado de la salud más conocidos del mundo. Los colaboradores de Pfizer se esfuerzan para mejorar el bienestar, la prevención y la eficacia de los tratamientos con los que cubrir las necesidades médicas de nuestro tiempo. Consecuentes con nuestra responsabilidad con las personas, colaboramos con todos los implicados para garantizar el acceso a nuestras medicinas y apoyar la mejor asistencia al paciente de manera asequible y fiable. Para obtener más información, por favor visítenos en www.pfizer.es.

Para más información:

Pfizer Comunicación

Ana.Luzuriaga@pfizer.com

Weber Shandwick

Marta Yáñez - 91 745 86 19

myanez@webershandwick.com



twitter/pfizer_spain



youtube/user/pfizerspain



www.pfizer.es