

Escribir a mano tiene ventajas para el cerebro

noviembre 19, 2010

Los “tengo ganas de verte”, “te echo de menos” y, sobre todo, los “te quiero” parecen más sinceros cuando están escritos a mano, cuando al ver el papel o abrir el sobre se descubre la tinta del bolígrafo y quien lee la nota distingue la letra de la persona a la que ama. Pero el aspecto romántico no es el único beneficio de esta práctica, cada vez más en desuso. Además de contribuir a las relaciones amorosas, redactar a mano tiene ventajas para el cerebro, según apuntan recientes investigaciones. Entre otras cosas, ayuda a fijar conceptos, a aprender un nuevo idioma y a mantener la mente activa.

Gracias a imágenes de resonancia magnética, científicos de la Universidad de Indiana (EEUU) han visto que al escribir a mano se activan más regiones del cerebro y se favorece el aprendizaje de formas, símbolos y lenguas. Asimismo, según explican los autores al diario ‘The Wall Street Journal’, esta técnica ayuda a expresar mejor los pensamientos y las ideas. Incluso para algunos trastornos neurológicos, la habilidad en esta escritura puede servir como una herramienta de diagnóstico.

Según indica a ELMUNDO.es Virgilio Hernando Requejo, neurólogo del Hospital Madrid-Norte Sanchinarro, “la representación que tiene la mano en la corteza cerebral es enorme. Al escribir con bolígrafo utilizamos mucho más el cerebro que cuando usamos el teclado del ordenador. Si dejamos de escribir a mano durante un tiempo, está claro que las estructuras cerebrales van a cambiar”.

Sin embargo, más que el cambio en el cerebro, el mayor peligro que este experto ve en las nuevas tecnologías es “el desentrenamiento de la memoria”. El doctor Hernando señala que “ahora está todo en el iPhone y dispositivos similares, tenemos mucha más información en el bolsillo, pero no somos capaces ni de recordar un número de teléfono y eso es lo verdaderamente preocupante”.

¿Un retroceso?

“Es bueno seguir escribiendo a mano, porque al hacerlo se piensa más lo que se está diciendo, pero el hecho de que cambiemos esta práctica tampoco quiere decir que retrocedamos”, matiza este especialista. “Me recuerda a cuando los mayores nos decían que nos íbamos a atrofiar por dejar de estudiar Latín. Pues tenían razón en parte, porque es un idioma más, la base del nuestro y además con declinaciones, lo que facilita el aprendizaje de otras lenguas. Pero en realidad no ha pasado nada. Pese a todo, pese a que ya casi nadie sabe Latín, lo cierto es que ahora hay más gente que habla más de un idioma, así que lo que se ha perdido por un lado se ha ganado por otro”, dice.

Lo mismo se puede aplicar a la escritura manual. “Al ir dejando de lado esta práctica se pierden algunas habilidades, evidentemente, pero se pueden ganar por otra parte”, dice Hernando Requejo, que además bromea con que “la mala escritura manual de algunos médicos da más problemas que ventajas”.

Los creadores de los nuevos dispositivos informáticos también son conscientes del 'encanto' que tiene la escritura manual y, por eso, han desarrollado algunas aplicaciones que la imitan, aunque sea en la pantalla. El propio presidente de EEUU, Barack Obama, fue tentado para firmar un autógrafo, haciendo su garabato, en la pantalla de un iPad. "Para los nostálgicos, no todo está perdido", reconoce el neurólogo.

Fuente: El Mundo (España)

Gentileza de: [Alimentación, Dieta y Nutrición](#)