

Boletín No. 24



Foto: Tomada de Shutterstock.

¿Qué beneficios trae para el cerebro aprender más de un idioma?

- *Por el Día Mundial del Idioma Español que se conmemora el 23 de abril, docentes de la Facultad de Medicina y del Centro de Idiomas de la Universidad CES explican algunos beneficios que trae para el cerebro aprender varios de ellos.*
- *Saber varios idiomas puede retrasar el surgimiento de demencias como el Alzheimer, trastornos cognitivos y mentales, ya que el cerebro presenta una red neuronal funcional y con buenas conexiones para comunicarse con el entorno y los demás.*
- *Otros beneficios pueden ser una mayor concentración y memoria si los idiomas se ponen en práctica continuamente, aseguran los académicos.*

Descarga [aquí](#) el kit de prensa

Medellín, abril 22 de 2022. ¿Sabías que aprender más de un idioma puede traer beneficios múltiples para el cerebro? Para Isabel Cristina Rojas Gallego, docente de la Facultad de Medicina y coordinadora del Semillero de Neurociencias de la Universidad CES de Medellín, realizar actividades como aprender nuevos lenguajes puede retrasar y disminuir el riesgo de enfermedades como la demencia tipo Alzheimer, trastornos cognitivos y mentales hasta mejorar la concentración, la memoria y la agilidad mental.



“Al momento de adquirir nuevos conocimientos, el cerebro desarrolla una serie de conexiones neuronales que aseguran zonas corticales (lugares de la corteza cerebral que se le han asignado funciones) más estables en el tiempo. Además, va a beneficiar a que se retrase el neuroenvejecimiento, que pasa cuando en la vejez el hipocampo va perdiendo la habilidad de pasar información y se dificulta aprender nuevas cosas”, aseguró la docente.

El cerebro tiene dos hemisferios, uno dominante que comúnmente es el del lado izquierdo, en el que se encuentra la habilidad de comprender y responder tanto hablado, escrito, verbal y no verbal los procesos del lenguaje. El hemisferio no dominante, ubicado en el lado derecho del cerebro, es en el que está la capacidad de expresar desde lo emocional los idiomas.

A la hora de tomar la decisión de aprender otro idioma, el cerebro empieza a comprender la realidad con esa nueva información y toda la corteza se vincula para aprenderlo. Los nuevos idiomas se almacenan en el hemisferio no dominante a diferencia de la lengua materna, que se almacena en el hemisferio dominante, pero gracias a las interconexiones de los dos se puede comprender en ambos y lograr una comunicación adecuada.

El hipocampo es una de las áreas del cerebro que más se estimula en el proceso de adquirir nuevos saberes, ya que es el encargado de consolidar la información y almacenarla de corto plazo a largo plazo.

Para la docente Rojas Gallego es esencial que el aprendizaje de estos idiomas sea continuo y así lograr un efecto real de memoria y de conexión con las estructuras neuronales. Además de la memoria, al enfrentarnos a aprender algo, otra capacidad que se ejercita es la de la atención y al ponerla en práctica tendrá ventajas como que el cerebro permanezca conectado con un nivel de atención mayor.

Por otro lado, el hecho de que se tenga un reconocimiento visual y auditivo de otras expresiones permite a este órgano tener un estado de flexibilidad cognitiva y de interpretación de su propia realidad y esto les ayudará a las personas a expresarse mejor en lo emocional, lo personal y lo laboral.

Todo esto se puede ver reflejado en Laura Gutiérrez Puerta, docente administrativa del Centro de Idiomas de la Universidad CES que hasta ahora sabe cuatro idiomas; español, su lengua materna; inglés, francés y un poco de italiano.

“La mente se adapta fácilmente a diferentes contextos cuando uno sabe varios idiomas. Uno piensa más rápido, se adquiere mejor memoria, se vienen varias y distintas ideas dependiendo en el lenguaje en el que piense porque a veces solo resultan con uno en específico. Siento que, al tener tanto vocabulario almacenado en mi cerebro, tengo una mejor memoria y también la capacidad de comprender el mundo de muchas maneras”, aseguró la docente.



Para Laura Gutiérrez, saber todos estos idiomas le ha cambiado la manera de ver la vida. Incluso las estructuras gramaticales, en el español latinoamericano, son diferentes a como lo hacen los españoles y estas reglas también varían entre los idiomas, por lo que inevitablemente ven la realidad diferente.

Ella trae de ejemplo los idiomas orientales en donde la comunicación escrita es diferente porque se da a través de símbolos y verbalmente se guían por las tonalidades de voz. *“Si uno comprende todas estas maneras de entender el mundo, la perspectiva de todas las cosas cambia”*, dice Laura.

Los beneficios de aprender varios idiomas son múltiples y se puede hacer de muchas formas. Desde su cotidianidad pueden hacerlo por medio de contenido como series, películas, música y videojuegos en el idioma que se quiera aprender. Incluso se puede hacer desde lo que se consume en las redes sociales como TikTok, Youtube o Instagram. La idea es estar involucrado con el idioma continuamente para estimular el cerebro.

