

JESSICA CASTILLEJOS  
CIUDAD DE MÉXICO

Desde el inicio del lenguaje, el hombre ha tenido en la memoria su principal herramienta para almacenar datos. Sin embargo, hoy se sabe que esta función se va perdiendo de manera paulatina conforme las neuronas se desgastan o mueren con el paso del tiempo, sin que se tengan claras las causas.

La investigadora de la UNAM Selene Cansino ha encontrado en el consumo de ácidos grasos poliinsaturados parte de la explicación. Dedicada desde hace varios años al estudio de la memoria en individuos normales, la investigadora sostiene que un alto consumo de grasas y oxidantes desgastan a las neuronas y afectan principalmente la memoria de largo plazo en su área episódica, es decir, la parte de la memoria que guarda las experiencias personales.

Cansino resalta que el problema se observa en la acción de recuperar la información y no para almacenarla, pues el acto de reconocimiento parece quedar intacto.

Con esta hipótesis como punto de partida, los individuos que participan en la investigación son sometidos a controles periódicos sobre la cantidad de colesterol, triglicéridos y glucosa que consumen. Los resultados apuntan a que un alto nivel de estos ácidos grasos alteran en forma negativa la atención y la memoria.

#### PARA CONOCER NUESTRO CEREBRO

Esta investigación forma parte de un proyecto más amplio en el que se estudia la influencia de la calidad de vida en el desarrollo ontogénico de la memoria, que a su vez es parte de un conjunto de proyectos realizados en el Laboratorio de NeuroCognición (LNC).

Instalado desde 1995 en la Facultad de Psicología de la UNAM, el LNC se dedica a estudiar los procesos cognoscitivos tales como la percepción, atención, memoria, aprendizaje y razonamiento, a través de la perspectiva fisiológica.

El laboratorio está a cargo de la doctora Cansino y cuenta con técnicas variadas para realizar sus estudios. Una de ellas es el registro de la actividad eléctrica del cerebro, técnica que tiene



La doctora Selene Cansino en el Laboratorio de NeuroCognición de la Facultad de Psicología de la UNAM. Foto: Luis Jorge Gallegos

### Investigación del Laboratorio de NeuroCognición

# Los alimentos afectan LA MEMORIA

**Científicos de la Universidad Nacional han encontrado que un alto nivel de colesterol, triglicéridos y glucosa alteran en forma negativa la memoria de largo plazo, sobre todo aquella que guarda las experiencias personales**

más de medio siglo y con la que se puede ver al cerebro mientras realiza trabajos específicos.

El equipo faltante se consigue gracias a los vínculos del laboratorio con universidades del extranjero. "Hemos podido realizar estudios con técnica que lamentablemente no existe en México, tal es el caso del neuromagnetismo, el cual nos ayuda a medir el campo magnético que genera el encéfalo y con ello hacer un mapa del cerebro", explica la investigadora.

Otra técnica que el LNC utiliza para localizar regiones del cerebro donde se realizan determinadas acciones es la llamada resonancia magnética funcional, práctica que tiene poco tiempo en México y que principalmente se ocupa en los estudios relacionados con la memoria.

Y es que una de las áreas más abordadas por este laboratorio es precisamente ésta, particularmente en individuos normales (sin ningún trastorno mental o neuronal), con el fin de

estudiar los factores que intervienen en su deterioro.

"La memoria a diferencia de otras funciones cognitivas, se caracteriza por presentar un cambio a lo largo de la vida: en la infancia es incipiente y conforme se desarrolla el sistema nervioso se va generando la capacidad de recordar", explica la doctora Cansino.

Una de las partes más interesantes del estudio es el hecho de que la memoria no es un "todo", sino que se divide en varias par-

tes en las que se van almacenando distintos recuerdos. Por ejemplo, hay una parte que guarda experiencias y otra que guarda las habilidades.

Esto da el indicador de que también la pérdida de la memoria es selectiva, es decir, que sólo ciertos tipos de memoria son los que se van deteriorando. De ahí la pregunta de los investigadores: qué factores influyen en la población normal para que se dé este deterioro y cuáles podrían mitigar el fenómeno.

Actualmente el Laboratorio de NeuroCognición cuenta con 12 colaboradores y algunos estudiantes de doctorado y licenciatura en Psicología (a partir de 7º semestre) de la misma institución, los cuales reciben un entrenamiento específico sobre el desarrollo de una investigación de tipo neuronal.

#### A UNA DÉCADA DE VIDA

A diez años de la fundación, el laboratorio ha crecido en número de integrantes y en infraestructura, lo que le ha permitido tener, entre otras cosas, varias publicaciones.

Además del apoyo económico de la UNAM, el financiamiento de las investigaciones del LNC, como la mayoría de los proyectos científicos en México, corre a cargo del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología.

"Aunque el presupuesto para la investigación nunca es suficiente (en México), creo que contamos (en el LNC) con buen apoyo y hay que aprovecharlo. De cualquier forma, cada vez que existe la oportunidad de una convocatoria, la tomamos. Por ejemplo, ahora nos acaban de autorizar un proyecto sobre plasticidad cortical y aprendizaje en adultos jóvenes y mayores, el cual nos permitirá obtener más equipo de trabajo", explica Cansino.

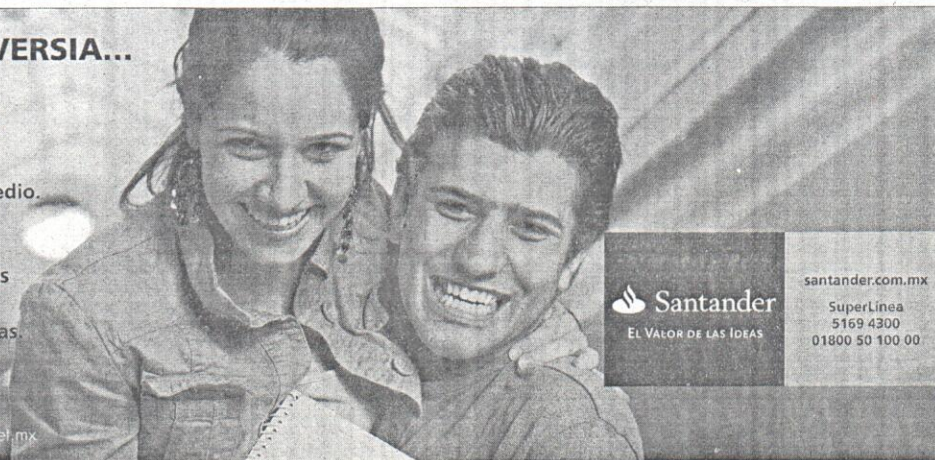
El Laboratorio de NeuroCognición tiene sus puertas abiertas para aquellas personas mayores de 20 años que quieran colaborar con este proyecto (que tiene como meta juntar a más de mil 440 individuos). Además de ayudar a la investigación, conocerán más sobre su propia memoria, invita Cansino. Si tú estás interesado puedes llamar al 56 22 23 05 extensión 41221, consultar la página [www.lnc.psicol.unam.mx](http://www.lnc.psicol.unam.mx) o enviar un correo electrónico a la dirección [lnc\\_info@zeus.psicol.unam.mx](mailto:lnc_info@zeus.psicol.unam.mx).

## SUPER CUENTA UNIVERSIA... LO MEJOR DE ESTAR EN LA UNIVERSIDAD

- La abres con \$50 pesos.
- Sin comisiones, ni saldo promedio.
- Puedes ganar \$100 mil diarios y 1 millón los viernes.
- Tarjeta de Débito para compras y retiros en todo el mundo.
- Promociones y tarifas exclusivas.

El Banco de los Universitarios

Super Cuenta Universia [www.universia.net.mx](http://www.universia.net.mx)



Santander  
EL VALOR DE LAS IDEAS

santander.com.mx  
SuperLinea  
5169 4300  
01800 50 100 00