

El cerebro adolescente y el placer de las conductas trascendentes

Con la autorización de Asociación Educar/ Argentina

AUTOR

DR. CARLOS LOGATT GRABNER

Médico, Universidad de Buenos Aires. Máster en Neurociencia y Biología del Comportamiento, Universidad de Murcia.

Las recompensas cerebrales están relacionadas con las conductas motivadas. En los jóvenes, las áreas cerebrales vinculadas con estos comportamientos se encuentran más activas y esto los lleva a asumir más riesgos. Sin embargo, nuevas investigaciones presentaron que este motivo también les permite disfrutar con mayor intensidad de las acciones altruistas.

Los humanos somos seres altamente sociales: nuestra capacidad de interactuar con otros y de formar grupos ha sido parte de nuestro éxito como especie. Compartir tiempo y relacionarnos con otras personas nos produce gran placer, activando los circuitos cerebrales, del mismo modo que puede hacerlo, por ejemplo, una rica comida cuando tenemos mucha hambre. Pero no sólo disfrutamos de compartir momentos, sino también de colaborar con las otras personas y los jóvenes no son una excepción a esta regla.

Una de las regiones vinculadas con la recompensa cerebral es el estriado ventral, formado por el núcleo accumbens, el putamen y el núcleo caudado.

En los jóvenes, esta zona presenta mayor activación que en los adultos, por lo que ésta es una de las razones por las que se ven tan atraídos por las situaciones de riesgo.

Se puede decir que los adolescentes poseen un cerebro hiper-motivado debido a la gran respuesta que se produce en el estriado ventral ante posibles recompensas, lo que los lleva a imaginar una enorme cantidad de placer y a realizar cualquier acción que los lleve a alcanzarlo.

Según Robert Steiner, psicólogo y miembro de la Universidad de Washington, "los jóvenes no corren más riesgos porque de pronto dejan de reconocer el peligro, sino porque dan mucha importancia a la recompensa". Un ejemplo de esta afirmación lo podríamos encontrar en el hecho de que los adolescentes (en la gran mayoría de los casos) busquen impresionar a sus pares o amigos.

Una nueva investigación que se llevó a cabo en la Universidad de Illinois, liderada por Eva Telzer, especialista en psicología del desarrollo, tuvo como objetivo comprobar si las conductas trascendentes también activaban al estriado ventral del mismo que las de riesgo.

Para su trabajo, los profesionales les pidieron a adultos con edad promedio de 28 años y a jóvenes de entre 13 y 17 años que realizaran ciertas tareas que los llevarían a tomar diferentes decisiones. Entre las consignas se encontraban: situaciones monetarias de riesgo en las cuales tenían un 50% de chances de obtener grandes ganancias o de perder

todo lo apostado y otras en las cuales podrían considerar darle dinero a otras personas o quedárselo.

Este trabajo pudo corroborar que el circuito de recompensa cerebral de los adolescentes se encuentra hiperactivo en comparación con el de los adultos, aunque también mostró que la alta respuesta del estriado ventral aparecía ante la posibilidad de ayudar a otros. La investigación se completó con dos evaluaciones que medían la tendencia a deprimirse (algo también propio de la edad) al inicio de la investigación y luego de un año de finalizada la misma.

Cuando se unieron todos los datos obtenidos en las pruebas realizadas, se pudo advertir que quienes disfrutaban de acciones pro-sociales tendían a ser menos propensos a sentirse deprimidos que aquellos que gozaban más con situaciones de riesgo o poco altruistas (por ejemplo, decidir quedarse con el dinero para sí mismos).

De hecho, Telzer expresó que desde la infancia hasta la adolescencia las tasas de morbilidad y mortalidad aumentan entre un 200 y 300 por ciento, debido —casi en su totalidad— al placer que despiertan los comportamientos riesgosos.

Este punto es importante y nos invita a reflexionar y pensar qué sucedería si a través de la educación pudiéramos contribuir a que los jóvenes descubrieran estas tendencias de sus cerebros. De este modo, podríamos acompañarlos e incentivarlos hacia conductas pro-sociales, que de igual modo que lo que sucede con las de riesgo o egoístas activarán el estriado ventral y les darán el mismo placer, con el beneficio extra de poder sentir bienestar y un sentido trascendente en sus vidas.

Poseer estos maravillosos conocimientos que nos permiten comprender nuestra UCCM (Unidad Cuerpo, Cerebro y Mente) y entender el valor de generar contextos enriquecidos capaces de despertar nuestro altruismo nos posibilitará influir de modo positivo para que un circuito cerebral que puede conducirnos por caminos diferentes de placer, tome aquel que nos desarrollará como mejores seres humanos, capaces de guiar a los jóvenes a erigirse como mejores personas.

Bibliografía:

- Whittle, S., Lichter, R., Dennison, M., Vijayakumar, N., Schwartz, O., Byrne, M. L., Simmons, J. G., Yücel, M., Pantelis, C., McGorry, P., & Allen, N. B. (2014). Structural Brain Development and Depression Onset During Adolescence: A Prospective Longitudinal Study. *Am J Psychiatry*, 171:564-571. doi:10.1176/appi.ajp.2013.13070920
- Telzer, E. H., Fuligni, A. J., Lieberman, M. D., & Galván, A. (2012). Ventral striatum activation to prosocial rewards predicts longitudinal declines in adolescent risk taking. *Dev Cogn Neurosci*, 3:45-52. doi: