

TERESA BAJO CATEDRÁTICA DE PSICOLOGÍA

«El bilingüismo ayuda a retrasar el deterioro mental»

09.04.08 - JAVIER MEAURIO

La edad, aprender cosas nuevas y los mecanismos por los que apartamos lo que no nos interesa, llevan al olvido

Son ya casi 150 los años que han pasado desde que el alemán Gustav Theodor Fechner publicara el primer libro sobre Psicología Experimental, casi el mismo número -ahora en kilómetros- que separan a la jienense Úbeda -su localidad natal-, de Granada -la ciudad donde imparte sus clases-. Teresa Bajo, catedrática de la [universidad granadina](#), trabaja este campo de la psicología que aplica técnicas de laboratorio para estudiar el comportamiento y los fenómenos psíquicos. El pasado fin de semana ha participado en un congreso en San Sebastián. Asegura que las personas bilingües retrasan su deterioro cognitivo.



La catedrática de Psicología de la Universidad de Granada, Teresa Bajo. [MICHELENA]

- ¿Por qué se nos olvidan las cosas? ¿Por qué perdemos la memoria?

- Hay una razón evidente, que es el paso del tiempo. Con la edad nos hacemos más desmemoriados. Otro aspecto sería el de las interferencias: aprendemos cosas o nombres nuevos que se interfieren con otras u otros que ya conocíamos. Al aprender lo nuevo puede olvidarse lo anterior. Finalmente diría que existen mecanismos internos que quieren en realidad que nos olvidemos de algunas cosas, aunque no sea algo decidido fríamente.

- ¿Hay personas que nacen con una mayor disposición a ser olvidadizas, frente a otras que llegan al mundo con una genética más proclive a la memoria, a retener los datos, los nombres?

- Es la eterna pregunta. Si se trata solo de genética o de ésta y aprendizaje. No hay duda de que utilizar la memoria es muy importante para mantener activo el cerebro durante más tiempo. Es como un coche que si no está convenientemente engrasado funciona peor.

- ¿La Psicología Experimental puede aportar soluciones clínicas para enfermedades que hoy preocupan tanto como el Alzheimer?

- Bueno, no es mi campo de trabajo, pero claro que sí. Nosotros podemos observar las actuaciones de una persona en estado normal y de otra con una enfermedad de deterioro cognitivo, como el Alzheimer. De ahí se obtienen respuestas aplicables a la medicina.

- Usted estudia la relación entre memoria y lenguaje.

-Sí, y sus mecanismos comunes. A veces para recordar algo hemos de ser capaces de olvidar otra cosa.

-Póngame un ejemplo.

- Cambio de canal en la televisión y aparece una película del Oeste. Veo al actor y pienso en John Wayne, James Stewart, Charlton Heston... (a los que relaciono con el western). Al final me quedo con Wayne -que es quien realmente protagoniza el filme- pero en unos segundos me he tenido que olvidar de Stewart y de Heston. Este esfuerzo hará más difícil que me acuerde a la primera de sus nombres cuando vea otra película.

-¿...?

- Bueno, veamos otro caso. Cambian de puesto a Luis, un administrativo que trabaja conmigo desde hace mucho tiempo en la universidad y le reemplazan por otro que se llama Jaime. Al principio la rutina me llevará a pensar en Luis al dirigirme a él. Solo será al borrar ese nombre de mi cabeza cuando me venga el de Jaime. Yo estudio que hay un mecanismo mental que elimina las alternativas no adecuadas. Algo parecido a lo que ocurre con el bilingüismo, que el hablante elimina en su cabeza la palabra en un idioma al expresarse en la otra lengua.

- ¿Y los bilingües o trilingües, sufren un retraso a la hora de lanzarse a hablar?

- Sí, pero está totalmente compensado por los beneficios que van a tener en sus vida. Suelen ser personas que funcionan mejor en todas aquellas tareas atencionales, porque desarrollan más la zona frontal del cerebro. Por otra parte los bilingües o los que dominan más lenguas, retrasan su deterioro cognitivo, su deterioro mental, lo que es muy importante.

jmeaurio@diariovasco.com