

Hablar dos idiomas retrasa Alzheimer

El dominio de una segunda lengua ejercita al cerebro por lo cual parece retrasar la aparición del mal, según científicos

Sábado 19 de febrero de 2011

AP | El Universal

00:13

El dominio de una segunda lengua puede ejercitar de tal manera al cerebro que parece retrasar la aparición del mal de Alzheimer, dijeron científicos el viernes. ¿Nunca aprendió a hablar otra lengua? Aunque esta investigación se centra sobre todo en las personas que han sido bilingües desde hace mucho tiempo, los científicos creen que incluso aquellas personas que aprendan un nuevo idioma en su vejez también pueden beneficiarse.

Mientras más hábil sea alguien en el manejo de otra lengua es mejor, pero "todo sirve de ayuda", dijo Ellen Bialystok, profesora de psicología de la [Universidad de York](#), en Toronto.

La mayor parte del estudio sobre el bilingüismo se centró en niños pequeños. Los científicos se preguntaban por qué el simple hecho de hablarle a los niños en dos idiomas les permite aprender ambos en el mismo tiempo que la mayoría de los pequeños toman para aprender uno.

Dijeron que su cerebro parece volverse más flexible y más capaz de realizar varias tareas a la vez. A medida que crecen, su cerebro muestra un mejor "control ejecutivo", una característica que permite un mejor funcionamiento. En palabras de Bialystok, es "la parte más importante de tu mente".

¿Y cómo es que hacer malabarismos mentales cuando se es joven se traduce en una especie de mejor protección contra el deterioro cognitivo cuando se es viejo?

Bialystok estudió a 450 pacientes con Alzheimer, todos ellos con el mismo grado de deterioro en el momento del diagnóstico. La mitad han hablado dos lenguas con regularidad durante la mayor parte de sus vidas y el resto son monolingües.

Los pacientes bilingües tuvieron síntomas de Alzheimer y fueron diagnosticados entre cuatro y cinco años más tarde que aquellos pacientes que hablaban una sola lengua, dijo la investigadora durante la reunión anual de la American Association for the Advancement of Science (Asociación Estadounidense para el Avance de la Ciencia, [AAAS](#)).

El ser bilingüe no hace nada para evitar que alguien tenga el mal de Alzheimer, pero una vez que la enfermedad inicia su ataque silencioso, esos años de "control ejecutivo" le ofrecen a la persona una gran protección para que los síntomas no se manifiesten tan rápido, dijo Bialystok.

"Ellos han sido capaces de afrontar la enfermedad", dijo.

La profesora de psicología Teresa Bajo, de la [Universidad de Granada](#) en España, dijo que los pacientes bilingües tienen esencialmente ambas lenguas "encendidas" todo el tiempo, pero que el cerebro aprende a inhibir la que no es necesaria.

Esa es una actividad bastante constante, pero no es la única área donde ocurre.

La psicóloga de la [Universidad de Columbia Británica](#) Janet Werker estudia a niños expuestos a dos idiomas desde su nacimiento para ver por qué no confunden ambos, y dice que los bebés bilingües aprenden muy pronto a prestar más atención que otros.



El ser bilingüe no evita que alguien tenga Alzheimer
(Foto: Archivo)

sma