

# “La escuela debería fomentar en los niños la curiosidad, los desafíos, el trabajo en equipo y la ayuda mutua”

## Entrevista a Adele Diamond

*“Unas buenas funciones ejecutivas en la infancia son la antesala de una vida con mayores logros, mejor salud y mejor calidad de vida, en definitiva.”*

*Profesora de la Cátedra de Investigación en Neurociencia Cognitiva del Desarrollo de la Universidad British Columbia de Vancouver. Es miembro de la Royal Society de Canadá y recientemente ha sido reconocida como una de las 15 neurocientíficas vivas más influyentes. Diamond está a la vanguardia de la investigación sobre las funciones ejecutivas y la corteza prefrontal. Ha realizado varios descubrimientos que han impactado en la educación y la mejora de la vida de millones de niños. Es Honoris Causa por la Universidad Ben-Gurion de Israel, ha sido nombrada “Mujer Distinguida” por la Young Women’s Christian Association of Canadá y forma parte de las “2.000 Mujeres sobresalientes del siglo XX”.*

### *1. ¿En qué estudios se centran actualmente sus investigaciones?*

Estamos trabajando en varias líneas de investigación simultáneamente. Una

de ellas, que además nos está ofreciendo unos resultados muy estimulantes, es la de descubrir los efectos de los psicoestimulantes en dosis bajas sobre las funciones ejecutivas en personas con

TDAH. Los resultados podrían demostrar que los pacientes con estas dosis podrían mostrar un mejor control de sus funciones ejecutivas y una mejora de sus habilidades académicas. Los resultados de este estudio podrían tener un gran impacto en la práctica clínica y ser aplicables en la escuela y en la vida en general, ya que se contribuiría a mejorar la atención y la memoria de trabajo de los pacientes.

Otro estudio muy interesante se centra en descubrir los efectos de la música o la poesía en pacientes adultos con un déficit cognitivo leve y con un discreto bajo estado de ánimo. Se ha demostrado que escuchar música beneficia la expresión de las emociones en pacientes con demencia. No solo permite recuperar recuerdos, sino también mejorar notablemente la reserva cognitiva. Incluso frente a un deterioro cognitivo y de la memoria importantes, la música sigue siendo una facultad que se conserva bastante bien en la vejez. La evidencia sugiere que escuchar música, es-

pecialmente si esta provoca emociones fuertes y positivas, puede evocar recuerdos vívidos de acontecimientos pasados y aliviar el efecto depresivo.

### *2. En neuropsicología se habla muy a menudo de las funciones ejecutivas. ¿Cómo definiría qué son las funciones ejecutivas?*

Las funciones ejecutivas básicas son el control inhibitorio, la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva. A partir de ellas se construyen otra serie de habilidades, como la planificación, la resolución de conflictos y la capacidad de razonar. Es decir, las funciones ejecutivas nos ofrecen la posibilidad de encontrar alternativas cuando el intento inicial no tiene éxito (es decir, la flexibilidad cognitiva), de relacionarnos mentalmente o trabajar con ideas y pensar antes de actuar, el autocontrol y la atención.

Las funciones ejecutivas son fundamentales para una buena salud mental y física, en nuestro comportamiento en la escuela, en el trabajo y para vivir en armonía social. Unas buenas funciones ejecutivas en la infancia son la antesala de una vida con mayores logros, mejor salud y mejor calidad de vida, en definitiva.

### *3. ¿Qué actividades podemos llevar a cabo en el entorno escolar para mejorar el desarrollo de estas funciones ejecutivas?*

Es muy importante que las actividades diarias de los niños en la escuela incorporen el desarrollo de las funciones ejecutivas, ya que deben ser los andamios que permitan construir todo lo demás. Escuchar historias y cuentos, las actividades con marionetas, etc., son actividades que desafían la memoria de trabajo y la atención sostenida. El juego simbólico y el teatro ponen a prueba el control inhibitorio y la socialización, por lo que también son fundamentales. Sin embargo, todas estas actividades no deberían ser tareas complementarias o secundarias, sino asignaturas básicas dentro del programa educativo.

*“El desarrollo del lenguaje oral es la clave de la alfabetización temprana.*

*No hace falta obsesionarse con que los niños aprendan a leer a los 5 años.”*



#### *4. ¿Cómo debería ser el aprendizaje escolar en los primeros años?*

Manual. Los niños no deberían limitarse a estar sentados y escuchar. Los niños han de participar de una manera activa en todo lo que hacen y aprenden. Desde muy pequeños se ha de poner énfasis en el lenguaje oral y no fijar de manera tan taxativa que se deba aprender a leer con 5 o 6 años. Es más importante que desarrollen un lenguaje oral rico, porque es la base de la alfabetización temprana. La mejora del lenguaje oral es determinante para desarrollar las funciones ejecutivas, y muchos conceptos pueden introducirse de una manera visual o a través del lenguaje. Es muy importante fomentar la curiosidad y los desafíos, el trabajo en equipo y la ayuda mutua; y, a ser posible, todo ello al aire libre y en contacto con la naturaleza. Los niños han de disfrutar en la escuela y mirar siempre hacia adelante.

#### *5. Por lo tanto, la escuela ha de cambiar bastante la manera de educar a nuestros niños...*

Por supuesto. Actualmente el aprendizaje todavía se basa demasiado en la memorización. Hay poco pensamiento y poca resolución de problemas. Durante décadas se ha venido demostrando que aprendemos mejor cuando hacemos las cosas y cuando somos responsables de ellas. Si no, no prestamos atención. Yo aprendo a hacer algo cuando lo necesito y cuando ello me ayuda a resolver un problema que tengo. Si además, me enseña otro estudiante, mejor, porque está demostrado que aprendemos mejor cuando el aprendizaje se produce entre iguales. La educación actual genera demasiada ansiedad y empuja a los maestros a enseñar para superar los exámenes, en lugar de fomentar habilidades cognitivas como el razonamiento, la resolución de problemas y la creatividad. Finalmente, los proyectos pedagógicos de las escuelas no deberían establecer distinciones entre actividades académicas y no académicas; la danza, el deporte, la carpintería, la música, la mecánica, el circo, el cine, enseñan tanto como las matemáticas.