



ISTOCK / GLAFLAMME

Inteligencia

Influencia de la fruta en la evolución del cerebro

¿Qué impulsó el desarrollo de la inteligencia humana? Desde los años noventa del siglo xx, numerosos antropólogos han apoyado la teoría del cerebro social. Según esta, las relaciones complejas entre los primates constituyeron el factor principal para el incremento de la inteligencia. Pero tres investigadores de la Universidad de Nueva York han aportado resultados que hacen tambalear este modelo. Su explicación alternativa se basa en la fruta.

Según Alex DeCasien, Scott Williams y James Higham, el tamaño del cerebro de los monos se debe a la alimentación. En concreto, estos animales presentan un encéfalo mayor cuanto más frutas y menos hojas incluyen en su dieta. Los autores analizaron más de 140 especies de primates, el triple que las examinadas en el estudio más amplio efectuado hasta la fecha. Con el fin de evitar sesgos, compararon el cerebro, la alimentación y el comportamiento social de cada uno de los linajes.

De este modo, en vez de correlacionar el volumen cerebral con el tamaño del grupo, como demanda la teoría del cerebro social, lo asociaron con el consumo alimentario: a más fruta, mayor cerebro. Pero ¿por qué? Cognitivamente resulta más exigente hallar fruta madura que hojas, ya que esa solo se encuentra disponible en épocas del año concretas y lugares determinados, indican los investigadores. Esta exigencia habría impulsado el desarrollo del cerebro.

No obstante, el novedoso trabajo, a semejanza de los estudios anteriores, no abarca de forma directa las habilidades mentales ni la complejidad social de los primates; antes bien, lo hace indirectamente a través de la medición del tamaño cerebral y del grupo de individuos. En conclusión, por ahora no se ha podido confirmar una relación estrecha entre dichos parámetros y las capacidades que presumiblemente miden.

Nature Ecology & Evolution 10.1038/s41559-017-0112, 2017

Psicología infantil

La falta de sueño debilita el desarrollo mental

Los niños de entre tres y siete años que duermen menos de las horas necesarias pueden presentar problemas cognitivos y de conducta social. Elsie Taveras, del Hospital General Infantil de Massachusetts, junto con otros investigadores, ha constatado estos efectos negativos del sueño escaso durante la infancia a partir de la exploración de 1046 niños.

Para el estudio, las madres de los pequeños informaban periódicamente a los científicos acerca de las horas que dormían sus respectivos hijos. Cuando los niños cumplieron siete años, los investigadores pidieron a los progenitores y profesores que valorasen sus capacidades cognitivas y sociales. Se registraron habilidades como la manera de planificar y organizarse, el control de las emociones, el respeto hacia los demás o las dificultades para interactuar con compañeros de la misma edad. También se analizó si presentaban hiperactividad, fobias o depresión.

Los niños de entre tres y siete años que habían dormido menos de lo recomendable puntuaban peor en las capacidades cognitivas y la conducta social que los que presentaban unos hábitos de sueño adecuados. Aunque no se halló esta relación en los sujetos menores de dos años, los resultados apuntan a que el patrón de sueño alterado suele mantenerse a lo largo del tiempo. Por ese motivo, es importante asegurarse de que



ISTOCK / USA6201

los niños experimenten un descanso saludable ya desde la primera infancia.

Se recomienda que, desde los seis meses y hasta los dos años de edad, los niños duerman al menos doce horas por la noche; entre los tres y cuatro años, el descanso nocturno debe abarcar unas once horas, y entre los cinco y siete años, al menos diez.

Por otra parte, estudios previos han revelado que existe una relación entre la falta de sueño infantil y la tendencia a la obesidad. Taveras y su equipo estiman que podría haber una asociación entre sus resultados y estos hallazgos: los niños que duermen poco pueden manifestar problemas para frenar el apetito debido a un menor autocontrol.

Academic Pediatrics 10.1016/j.acap.2017.02.001, 2017

Psicología social

Las historias que conocemos nos resultan más atractivas

Preferimos escuchar el relato de una historia que ya conocemos que poner atención en una narración que nos viene de nuevas. El psicólogo Daniel Gilbert, de la Universidad Harvard, y sus colaboradores distribuyeron una serie de participantes en grupos de tres. Una de las personas de cada trío visionaba una filmación cuyo contenido debía explicar a continuación al resto de compañeros. Un detalle: algunos de estos habían visto el vídeo previamente. Y fueron precisamente estos sujetos los que disfrutaron más con la narración. El fenómeno no solo sorprendió a los investigadores, sino también a los propios probandos, quienes daban por hecho que les resultaría más entretenido

escuchar un relato nuevo y que oír el ya sabido les resultaría aburrido.

Los investigadores concluyen, a partir de los resultados de este y otros experimentos, que las personas que conocen la historia que se les cuenta son capaces de completar la información por sí mismas mientras escuchan el relato. «Los humanos somos bastante mediocres a la hora de explicar historias, porque omitimos muchos datos relevantes», argumenta Gilbert. Y agrega: «Probablemente, nuestros amigos disfrutarían mucho si les contáramos la historia de un libro que no han leído de manera ordenada; sin embargo, la mayoría de nosotros no lo logramos».

Psychological Science 10.1177/0956797616685870, 2017

Masculinidad

Los «machos» padecen más trastornos mentales

Desde hace tiempo se sabe que los hombres que cultivan la imagen tradicional de masculinidad presentan problemas psicológicos con mayor frecuencia y solicitan menos ayuda terapéutica. Con el objetivo de ahondar en este fenómeno, Joel Wong, de la Universidad de Indiana Bloomington, y otros científicos examinaron 78 artículos sobre el tema ya publicados.

El análisis de los datos de más de 19.000 sujetos reveló que los varones que muestran características masculinas «clásicas» (el deseo de ganar siempre y la aspiración a un estatus social elevado, entre otras) padecen más trastornos mentales y se sienten más aislados. Pero son sobre todo los «machos», es decir, los hombres que controlan de manera férrea sus emociones, que realzan su independencia, que buscan dominar a las mujeres y que se comportan como donjuanes los que presentan un peor diagnóstico en lo que a enfermedades mentales se refiere. También manifiestan una menor autoconfianza y se sienten menos satisfechos con su vida.

Estos resultados no se observaron en relación con otras características típicas de masculinidad, como la predisposición al riesgo. Si bien dicha tendencia se



ISTOCK / ZONECREATIVE

acompañaba de una tasa más elevada de trastornos psicológicos, también, y en la misma medida, comportaba a los sujetos un mayor bienestar. Los investigadores consideran que el hecho de no temer los contratiempos aumenta la posibilidad de disfrutar de experiencias que resulten excitantes.

Por último, una gran dedicación al trabajo no parece influir en la salud psíquica de este tipo de varones. Ello podría deberse a que la carrera profesional dota de sentido la propia existencia y compensa los efectos negativos que ocasiona el estrés laboral.

Journal of Counseling Psychology, vol. 64, págs. 80-93, 2017

Adicción

Los cigarrillos electrónicos promueven el tabaquismo

Los cigarrillos electrónicos invitan a fumar a los jóvenes que en otras circunstancias no hubieran empezado con ese vicio. A esta conclusión han llegado Stanton Glantz, de la Universidad de California en San Francisco, y su equipo tras analizar los datos de la Encuesta Nacional sobre Tabaquismo en la Población Juvenil llevada a cabo por los estadounidenses Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. En dicho informe se encuestó a unos 140.000 escolares entre los años 2004 y 2014.

A tenor de las estadísticas, el número de jóvenes fumadores en Estados Unidos va en progresivo descenso desde hace años. La intención de los investigadores era

comprobar si la introducción en el mercado del cigarrillo electrónico en 2007 había contribuido a ello.

El análisis global de los datos de la encuesta no reflejó ningún efecto (ni un aumento ni un descenso del tabaquismo en la población juvenil). Mas, cuando el equipo de Glantz analizó los factores de ries-



ISTOCK / BOKEAN

go psicosocial, descubrieron que los jóvenes que presentaban un mínimo riesgo de comenzar a fumar se iniciaban en ese hábito a través de la versión electrónica del pitillo.

Los científicos afirman que los cigarrillos electrónicos no disminuyen el consumo de nicotina entre la población juvenil, como se supuso en un principio. Por el contrario, amplían el mercado para los productos de tabaco, presumiblemente, atrayendo a los jóvenes que de otra manera no estarían en peligro de consumir.

Aunque estudios previos ya habían advertido de este efecto, no está claro cómo encaja con los datos que revelan que existe una disminución progresiva de fumadores.

Pediatrics, 10.1542/peds.2016-2450, 2017

Trastorno depresivo

Asocian el nivel profesional con el grado de respuesta al tratamiento por depresión

Las personas con profesiones de alto rango responden peor a la terapia con fármacos antidepresivos. Un equipo internacional dirigido por la psiquiatra Laura Mandelli, de la Universidad de Bolonia, analizó los datos de 654 pacientes con depresión mayor y en activo que recibían tratamiento farmacológico. Constataron que los sujetos que trabajaban como abogados, gerentes o científicos presentaban una menor respuesta a la terapia que los que se dedicaban a una actividad laboral de rango medio o bajo. El número de individuos resistentes a la terapia (se sometían por segunda vez a un tratamiento, pero sin éxito) era también más notable entre el primer grupo.

En concreto, los afectados que desempeñaban actividades de menor prestigio (vigilantes, personal de

limpieza o camareros) mostraron una buena recuperación. Pero el mayor éxito terapéutico se registró entre las personas con un rango laboral intermedio (agentes de seguros, programadores y periodistas). Los autores solo pueden especular sobre las causas de estos resultados. Según indican, con frecuencia las profesiones más prestigiosas resultan más estresantes, lo cual supone un factor de riesgo en la depresión.

Este hallazgo contradice estudios anteriores que sostienen que la depresión suele prolongarse y que su tratamiento resulta menos eficaz en pacientes con un nivel socioeconómico bajo. Por lo general, estas investigaciones analizan solo los ingresos de los afectados, sin tener en cuenta el tipo de actividad laboral que desarrollan, critican Mandelli y sus colegas.

European Neuropsychopharmacology, vol. 26, págs. 1320-1326, 2016

Teoría de la conspiración

La exclusión social lleva a creer en las ideas conspirativas

El aislamiento social favorece la creencia en las fabulaciones. Damaris Graeupner y Alin Coman, de la Universidad Princeton, solicitaron a 119 personas que escribieran sobre un suceso social desagradable. A continuación les preguntaron sobre su estado anímico y les pidieron que indicasen, a partir de una escala del uno («en absoluto») al siete («totalmente»), la credibilidad que les merecían tres teorías conspirativas [véase «Teoría de la conspiración», por Roland Imhoff y Pia Lamberty; *MENTE Y CEREBRO* n.º 84, 2017]. Entre otras cuestiones, les plantearon cuán factible consideraban la posibilidad de que el Gobierno tratase de manipular a los ciudadanos mediante mensajes subliminales.

Si el recuerdo desagradable había despertado sentimientos de exclusión en los probandos,



GETTY IMAGES / IMAGE SOURCE

estos se mostraban más propensos a creer tales afirmaciones. Los científicos constataron un fenómeno similar en un segundo experimento, en el que explicaban a una parte de los sujetos que otro probando no quería trabajar en el mismo equipo que ellos.

Graeupner y Coman sugieren que se trata de un círculo vicioso: cuando una persona que se considera marginada cree en teorías de la conspiración, se la aparta todavía más de la sociedad. Pero el hecho de encontrar individuos que comparten ideas afines consolida sus convicciones. «Romper este círculo vicioso sería la mejor opción para acabar con las teorías conspirativas», propone Coman. Ello sería posible, por ejemplo, si se reinsertara a estas personas en la vida social.

Journal of Experimental Social Psychology, vol. 69, págs. 218-222, 2017

Psiquiatría infantil

¿Existe una relación entre el herpes y el autismo?

Las madres de niños con un trastorno del espectro autista (TEA) presentan en la sangre el anticuerpo del virus del herpes simple de tipo 2 (VHS-2), según se ha constatado a partir de un amplio estudio llevado a cabo entre la población noruega.

Un equipo dirigido por Milada Mahic, de la Universidad Columbia en Nueva York, comparó los históricos clínicos de 442 mujeres, cuyos hijos nacidos entre 1999 y 2008 estaban diagnosticados de TEA, con los de 464 madres de niños sin autismo y que habían nacido también en esos años. Los investigadores examinaron los análisis de sangre que se habían realizado a esas mujeres durante el embarazo y el parto con el objetivo de registrar los virus potencialmente dañinos para el feto, entre ellos, el herpes, la rubéola o el parásito causante de la toxoplasmosis.

Las concentraciones elevadas de anticuerpos del VHS-2 (dato que revela una infección vírica reciente) se relacionaron con un riesgo dos veces mayor de que el hijo presentara TEA. No se pudieron establecer resultados concluyentes en el caso de las niñas, puesto

que la muestra de afectadas resultaba muy reducida, indican los autores. Tampoco encontraron correlación alguna respecto al resto de patógenos analizados.

El equipo presume que las madres, probablemente condicionadas genéticamente, presentan una reacción aguda ante la infección por determinados virus, entre ellos, el VHS-2. La reacción inflamatoria y los anticuerpos podrían influir en el desarrollo cerebral del hijo. Ian Lipkin, médico de la Universidad de Columbia y uno de los autores del estudio, subraya que la investigación no establece que el VHS-2 infecte al cerebro fetal y cause autismo, sino que sugiere que este podría ser uno de los diversos factores que aumentan el riesgo de padecer el trastorno.

Algunos científicos, no obstante, se muestran escépticos sobre la contribución de este tipo de infecciones en el TEA. Los estudios revelan que durante los dos primeros años de vida, en el cerebro de estos niños acontecen cambios considerables antes de que comiencen a manifestarse los síntomas.

mSphere 10.1128/mSphere.00016-17, 2017

Autoimagen

Problemas con la imagen corporal infravalorados



ISTOCK / VIKAVALTER

Es probable que los profesionales de la medicina cosmética subestimen el número de pacientes que acuden a ellos y que padecen un trastorno dismórfico corporal, indica una encuesta efectuada por Theo Bouman, de la Universidad de Groninga. Estas personas consideran que alguna parte de su físico (la piel o la nariz, por ejemplo) es excepcionalmente fea, lo que les provoca un gran sufrimiento.

Bouman y sus colaboradores encuestaron a 173 cirujanos plásticos, dermatólogos y esteticistas de los Países Bajos. La mayoría aseguraba que estaba familiarizado con el cuadro del trastorno; sin embargo, solo el 7 por ciento abordaba con sus pacientes los problemas con la propia imagen corporal. Dos tercios de los encuestados lo hacían de vez en cuando. Por otro lado, casi un tercio nunca había rechazado una intervención por la sospecha de un problema psicológico. La mayoría afirmó que había tratado entre dos y cinco personas con trastorno dismórfico corporal durante el último año, cifra que correspondería a un máximo del 1 por ciento del total de pacientes. Estudios anteriores han demostrado, en cambio, que casi el 10 por ciento de los clientes de cirujanos plásticos presentan signos del trastorno. Las señales de alarma que advierten del problema son, entre otras, las expectativas irrealistas de quien solicita este tipo de intervención quirúrgica.

En conclusión, el trastorno dismórfico corporal debe considerarse un criterio de exclusión para los procedimientos invasivos. Más que una intervención estética, los afectados precisan un asesoramiento o tratamiento psicológico.

Plastic and Reconstructive Surgery, vol. 139, págs. 336-342, 2017