



El miedo es uno de los protagonistas de la película de Pixar *Del revés*

Un estudio localiza la zona cerebral que activa el miedo

El hallazgo permitirá conocer mejor la ansiedad

ANA MACPHERSON
 Barcelona

El miedo aprendido, no el espontáneo, aquel que se genera por una mala experiencia anterior y surge aunque ya no exista la causa que lo desencadenó, radica en zonas muy concretas del cerebro. “Hemos comprobado que hay un patrón común en todos los estudios analizados y que hay una activación coordi-

cindible para la vida, es el que nos hace reaccionar ante una amenaza, por ejemplo, al ratón frente al gato. Pero el aprendizaje es el que se produce por una experiencia anterior, por ejemplo un perro que me mordió, pero que se vuelve a generar cada vez que simplemente veo un perro, sin que me muerda”, explica el investigador.

Para provocar una reacción de miedo aprendido se expone a

varias veces. Y, posteriormente, sin esa sensación desagradable. La reacción de la persona es idéntica ante esa figura, aunque ya no haya descarga o sonido, y así se ve en las resonancias funcionales.

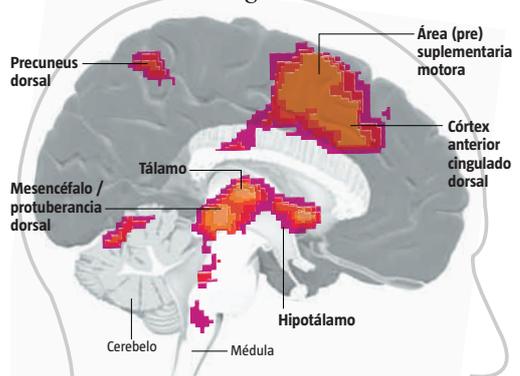
“En la mayoría de las personas, al cabo del tiempo, el miedo se extingue. Se olvida su relación con el estímulo desagradable. Pero en algunos permanece y sufren un miedo patológico”.

Conocer las zonas cerebrales que se activan con el miedo aprendido dará pistas sobre cómo tratar y cómo medir si ese tratamiento funciona, pero con pruebas objetivas: la imagen del cerebro. Y también permitirá, en un futuro, abordar desde otra perspectiva los trastornos de ansiedad. La principal diferencia entre el miedo y la ansiedad es que el primero se refiere a algo concreto (perro), mientras la ansiedad es a más largo plazo. Y ambos se consideran patológicos cuando limitan claramente la vida de uno, como la claustrofobia si impide subir a un ascensor, el miedo a volar, a la sangre o a los animales.

“Por eso nos hemos puesto ya en marcha para el siguiente paso de este trabajo, explica Fullana. En el que acaban de publicar en la revista *Molecular Psychiatry*, han participado investigadores de diferentes unidades, españoles e internacionales. Pretenden ahora analizar qué ocurre en el cerebro no cuando se produce el miedo aprendido, sino cuando se extingue. “El mecanismo del olvido natural de un miedo aprendido nos dará una información valiosa sobre cómo se podría tratar el miedo patológico”.

Los estudios del miedo aprendido así como los del borrado de esa sensación se llevan a cabo sobre personas sanas. Así consiguen el patrón natural de funcionamiento. ●

El miedo activa seis regiones del cerebro



FUENTE: Hospital del Mar

LA VANGUARDIA

nada de diversas regiones cerebrales que conforman una red del miedo”, explica Miquel Àngel Fullana, investigador del Neuropsiquiatría del hospital del Mar. El ha coordinado un metaanálisis —un estudio sobre todos los estudios que tocan el tema— que ha analizado las resonancias magnéticas funcionales de casi 700 pacientes en 27 estudios. Esas resonancias se practicaron con el mismo fin: encontrar qué mecanismos se ponen en marcha ante el miedo aprendido.

“El miedo espontáneo ante cualquier amenaza es impres-

Investigadores del hospital del Mar han iniciado el siguiente paso: cómo desactiva el cerebro ese temor

los pacientes a dos figuras varias veces. Por ejemplo, una circunferencia y un cuadrado. A continuación, a la vez que se muestra una de ellas, se produce algo desagradable, como un sonido muy fuerte o una pequeña descarga eléctrica. Se repite