

Sociedad, pandemia y neuroeducación

Society, pandemic and neuroeducation

Rodolfo Alfredo Fuentes Perdomo

RESUMEN

El ser humano a través de muchos años ha venido evolucionado hasta formar estructurar sociedades, definiendo estilos de vida que desarrollan conductas, personales, familiares y grupales, que se convierten en costumbres y hábitos. La sociedad, base fundamental del desarrollo humano, se basa en la capacidad del pensamiento racional y crítico de sus miembros, característica del ser humano para desarrollarse y comunicarse, tomar decisiones personales y grupales, dentro de un marco de bienestar. Este proceso evolutivo ha tomado millones de años, en la línea del tiempo, se ha desarrollado un cerebro con áreas que nos permiten sobrevivir, emocionarnos y razonar, esto nos hace ser humanos. Estamos enfrentado un mundo al que llamamos moderno, con tendencia a buscar lo material, atravesando un proceso educativo, que mayoritariamente forma obreros y personas que buscan la riqueza y no el desarrollo cerebral. Provocando que el ser humano tenga su atención y enfoque de vida sobre experiencias sensoriales, utilizando su energía para materializar cosas que necesita, según su criterio de escasez. Debilitando su visión su interior, cambiando el TENER en lugar de SER, reduciendo la capacidad de pensar en sí mismo, como humanos que somos. En este marco se presenta la pandemia, debiendo enfrentar un cambio de vida y modificar el mundo de la inmediatez por uno nuevo que presente alternativas que ayuden a establecer una nueva forma de vivir en una economía cambiada, relaciones familiares complicadas en aislamiento en casa, donde la neurociencia puede ser la herramienta que contribuya a este cambio.

Palabras clave: Evolución, estilos de vida, desarrollo humano, emoción, cerebro.

ABSTRACT

The human being through many years has evolved to form structuring societies, defining lifestyles that develop personal, family and group behaviors, which become customs and habits. Society, the fundamental basis of human development, is based on the capacity for rational and critical thinking of its members, a characteristic of the human being to develop and communicate, make personal and group decisions, within a framework of well-being. This evolutionary process has taken millions of years, in the timeline, a brain has developed with areas that allow us to survive, get excited and reason, this makes us human. We are facing a world that we call modern, with a tendency to seek the material, going through an educational process, which mostly trains workers and people who seek wealth and not brain development. Causing the human being to have his attention and life focus on sensory experiences, using his energy to materialize things he needs, according to his scarcity criteria. Weakening the vision of him, the interior of him, changing HAVING instead of BEING, reducing the ability to think of himself, as humans that we are. The pandemic is presented in this framework, having to face a change of life and modify the world of immediacy for a new one that presents alternatives that help establish a new way of living in a changed economy, complicated family relationships in isolation at home, where neuroscience can be the tool that contributes to this change.

Keywords: Evolution, lifestyles, human development, emotion, brain.

El autor declara que no tiene ningún conflicto de interés. El estudio fue financiado con recursos del autor
Recibido: marzo 20 de 2020 | Aceptado: julio 27 de 2020 | Publicado: octubre 30 de 2020

Sobre el autor

Rodolfo Alfredo Fuentes Perdomo. Médico salubrista, neuropsicoeducador. Posee estudios de Maestría en Ciencia Animal, Universidad de Auburn, USA. Maestría en Salud Pública, Magna Cum Laude, U. Galileo. Contacto: rodolfo_fuentes@cusam.edu.gt

INTRODUCCIÓN

El ser humano, durante miles de años, ha venido evolucionando hasta formar y estructurar sociedades, donde se combinan una serie de factores que condicionan las conductas de las personas, definen estilos de vida y se aprende a desarrollar costumbres que dan características a sus comunidades. Las poblaciones, estructura de la sociedad, viven y se fortalecen a través de las relaciones interpersonales, sobre las cuales se va constituyendo el marco del bienestar social, familiar y personal, lo cual crea una identidad, sentido de pertenencia, función social y culturas. Cada persona crea y establece sus funciones y responsabilidades, su quehacer, creando hábitos de vida, instrumentos y herramientas que permiten y hacen posible sus relaciones humanas y el comportamiento social productivo.

La sociedad, como marco fundamental del desarrollo humano, se basa en la capacidad del pensamiento racional y crítico de sus miembros, caracteriza al ser humano para poder desarrollarse y comunicarse, especialmente para la toma de decisiones personales y grupales, dentro de un marco de bienestar. Esto es producto de un proceso evolutivo de millones de años, donde en la línea del tiempo, primero se formó un cerebro instintivo, llamado reptiliano, que aporta nuestra capacidad de reacción defensiva a aspectos adversos negativos, ataques y posibles amenazas, para defendernos o huir, asegurando así nuestra propia supervivencia. Luego, como animales mamíferos que somos, sobre el cerebro reptiliano, se desarrolla y forma el cerebro límbico, que se encarga de regular las respuestas fisiológicas y emocionales de nuestro cuerpo, procesa nuestras emociones, regula nuestra conducta animal competitiva y mantiene las relaciones de búsqueda y compartir afecto.

Finalmente, aparece el ser pensador, el sapiens, caracterizado por el desarrollo y crecimiento a través de las ideas y el razonamiento lógico. Su proceso evolutivo, a través de miles de años, el neocórtex, donde se aloja lo humano, lo que sentimos, pensamos, razonamos y la visión de lo que podemos

llegar a ser. Gran parte de nuestro éxito evolutivo se debe a esta región, la más nueva y extensa, que ha hecho posible desarrollar procesos tan sofisticados como la comunicación, la escritura, la sociabilidad, la creatividad y la toma de decisiones. Nos hace pensar y razonar como seres humanos y mantener una relación heurística y gregaria.

Nuestra evolución y desarrollo humano se ha basado en vivir con el balance y manejo de estos tres cerebros, con los cuales se puede experimentar un presente, aprender del pasado y proyectarnos hacia un futuro inmediato y lograr objetivos. Sin embargo, hemos terminado viviendo en un mundo al que llamamos moderno, con una tendencia a buscar lo material, base del sustento, atravesando un proceso educativo, que en la mayoría de veces forma y prepara obreros y personas que buscan la riqueza y no el desarrollo cerebral. Esto ha provocado que el ser humano tenga su atención y enfoque de vida sobre experiencias sensoriales, en sus cinco sentidos, utilizando su energía para materializar las cosas que necesita, según su criterio de escasez. Esto ha debilitado su visión hacia su interior, cambió TENER en lugar de SER. Debemos aprender a conocernos a nosotros mismos, a valorar nuestro proceso energético de vida, de ser humanos. Esto le permitirá valorar su salud, que al final, depende de cómo piense, de sus sentimientos y de lo que hace para vivir alegre y feliz. Expresar su máximo estado de positivismo ayuda a identificar y mostrar dones, habilidades, destrezas, talentos y creatividad.

1. Sociedad, ¿evolución o involución?

Sociólogos opinan sobre las condiciones actuales de nuestra sociedad, existen algunas características y variables que están afectando nuestra condición humana. Nos estamos deteriorando como especie, perdiendo valores éticos, insensibilidad social, competencia con los demás y un desarrollo de egos personales hace que nos deshumanicemos. La persona se vuelve indiferente al dolor de los demás, en las sociedades modernas ya no se conmueven ni se indignan con las tragedias de otras personas, se ha perdido la empatía y la compasión. Vemos niños abandonados o vendidos por las madres, los abuelos refugiados en asilos, distanciamiento entre vecinos, hogares desintegrados, madres solteras, violación de niñas por familiares cercanos, violencia contra la mujer, corrupción a todo nivel, entre otras degradaciones que se presentan en la actualidad.

Nuestra sociedad vive un proceso de deshumanización y en lugar de tomar acciones de reparar y corregir la situación, continúan apareciendo otros factores que contribuyen a potenciarla, por ejemplo: la pluralidad de sistemas éticos, empobrecimiento de las relaciones interpersonales, satisfacción de intereses egoístas, manejo de falsas expectativas, egocentrismo político, competencia insana, explotación laboral, falta de salud personal, pobre educación, alta mortalidad y desnutrición infantil, pocas oportunidades de trabajo y desarrollo humano. También la tecnología ha contribuido a esta situación, hace décadas el ser humano dejó la vida en comunidad y comenzó a aislarse, reemplazando las relaciones interpersonales por vínculos virtuales, el uso de las máquinas de trabajo provocó una baja en la creatividad personal y grupal. Se perdió el asombro emocional por las atrocidades que a diario se cometen, se ha vuelto costumbre, insensibilizando los sentimientos de bondad y compasión. Aunque suene paradójico, la vida ha cambiado para bien y para mal.

Disfrutamos de comodidades que hace cien años no se tenían y pocos pensaban que podían crearse. Acciones que en el ayer eran consideradas graves y aberrantes contra la persona y la sociedad, ahora se consideran normales, ni un sonrojo y pena se expresa en los rostros de las personas que las realizan, porque se han vuelto frecuente y costumbre. Hemos perdido la condolencia por el dolor ajeno y el asombro a situaciones destructivas del bienestar humano, ni siquiera lo manifestamos.

La deshumanización nació cuando la avaricia se despertó y se convirtió en el motor que mueve el desarrollo social y personal, a cualquier precio, se le da importancia y valor sobre cualquier cosa. Nos enfocamos, prioritariamente, en los resultados empresariales y negocios productivos, todo lo demás, pasa a un segundo plano. El modelo de gestión solo está regido por resultados, y para que éstos se den, todos los medios son buenos. La máxima a seguir es: el fin justifica los medios y las cosas malas que se generen de esa gestión se denomina daño colateral, término con el que se exculpa el delito que se pueda cometer. Vemos aparecer empresas que se dedican a destruir el medio ambiente y a la naturaleza, en perjuicio de todos, acaban con especies animales y vegetales, sin que se pueda evitar y sancionar. Como vemos, la vida es hoy una lucha por la supervivencia, vivimos aplicando la ley del más fuerte para dominar al más débil. La sociedad ha perdido su dignidad y eso nos hace mostrarnos y vivir como animales mamíferos, bloqueando la función racional y pensante de nuestro neocórtex,

deshumanizándonos. Nos estamos convirtiendo en un mundo cada vez más inhumano, carente de valores y aspiraciones colectivas, sin una visión de salida a esta situación.

Provocamos que cada individuo vele por su interés, olvidándose de quienes le rodean, afectando así su campo de pensamiento, sentimiento y del quehacer. Se ha perdido la libertad de actuar con ambición social, debido al resentimiento y al odio. También se ha perdido la autenticidad humana debido al deseo desmedido de acumular riqueza y poder, no solo político sino también social, creyendo que únicamente lo material produce el ser libres y felices, ¿Cuál será, en realidad, el verdadero sentido de la vida de un ser humano en este mundo? Se complica la respuesta debido al vacío existencial de la persona, como consecuencia de una vida sin propósito, que anime y active su ser interior. Somos el producto de una sociedad egoísta partiendo y girando alrededor del “YO”, del egocentrismo.

Hemos perdido el compromiso y la responsabilidad individual de contribuir al logro de una mejor sociedad, especialmente con el que sufre, la ambición personal prevalece sobre el beneficio de los demás, la inteligencia se usa para fines perversos, comerciales y económicos, hace falta bondad, compasión, sensibilidad social y darle sentido a la vida humana personal, familiar y social. Sin embargo, esta pandemia vino a ponernos a pensar y meditar sobre todas nuestras falencias. Esta sociedad enfrenta su debilidad y deshumanización ante un virus, que nos ha puesto a pensar, a tener que retomar el uso de nuestro neocortex, el razonamiento humano, de mejorar nuestras emociones y sentimientos positivos, el amor y consideración fraternal grupal, de tener que recuperar lo humano que somos, de observar el dolor y sufrimiento ajeno, de activar la creatividad y la inteligencia para seguir viviendo, subsistiendo y poder encontrar el sentido a nuestras vidas.

2. Pandemia, grandes desafíos

¿A qué nos enfrentamos? El Director General de la Organización Internacional de trabajo, Guy Ryder, dice “Los trabajadores y las empresas se enfrentan a una catástrofe, tanto en las economías desarrolladas como en las que están en desarrollo. Tenemos que actuar con rapidez, decisión y coordinación. Las medidas correctas y urgentes podrían hacer la diferencia

entre la supervivencia y el colapso”. “Pérdidas devastadoras de empleo en todo el mundo por efecto de la pandemia, para el final de año 2020 las cifras serán más altas que las del pasado 18 de marzo, existían 25 millones de desempleados. Esta situación es peor que la crisis que generó la segunda guerra mundial. Según la evaluación, el 81% de los 3.300 millones que conforman la fuerza de trabajo mundial están siendo afectados por cierres totales o parciales de su lugar de trabajo. Se prevé que la crisis por el COVID-19 hará desaparecer a 195 millones de trabajadores a tiempo completo”. 1,250 millones de personas están empleadas en los sectores susceptibles de sufrir “drásticos y devastadores” aumentos en los despidos y disminución de los salarios y horas de trabajo. “Muchas están en trabajos mal remunerados, de baja calificación, donde una pérdida imprevista de ingresos tiene consecuencias devastadoras”. “Esta es la mayor prueba para la cooperación internacional en más de 75 años. Si un país fracasa, entonces todos fracasamos. Debemos buscar soluciones que ayuden a todos los segmentos de nuestra sociedad global, en particular los más vulnerables y los que tienen menores posibilidades de valerse por sí mismos”.

La periodista y columnista, Alejandra Perinetti, quien también trabaja con aldeas infantiles, refiriéndose a la pandemia dice, “Nos encontramos atravesando una época sin precedentes, la pandemia pone en jaque el funcionamiento de la sociedad en su conjunto. Mientras los países buscan la mejor forma de preservar la salud física, prevenir los contagios y las muertes, la economía de la familia y su supervivencia sufren el impacto más grande de los últimos tiempos, con consecuencias sociales difíciles de vislumbrar, evaluar y calcular con claridad. Nos preguntamos, especialmente por las formas en las que esta pandemia impactará en sus condiciones de vida; ¿cómo afectará la salud de miles de niños y niñas en lugares en donde 1 de cada 2 niños son pobres?

Debemos enfrentarnos a los efectos del aislamiento social, preventivo y obligatorio: a las medidas y disposiciones gubernamentales necesarias para evitar la propagación del virus. Cualquier persona que tiene niños y niñas a su cuidado sabe el desafío que este contexto representa para cada uno de los miembros de la familia. La vida cotidiana tal como la conocíamos se desarmó, intentamos lidiar con todas las complejidades que supone el aislamiento en nuestros hogares: la distribución de tareas domésticas, el trabajo desde casa, el entretenimiento y educación de niños y niñas, las tareas que envía la escuela, las

preocupaciones por lo que vendrá”. Concluye, “Cada sector de la sociedad debe aportar para que los efectos del coronavirus se reduzcan al mínimo posible. La única forma de salir de esta situación es estando juntos y unidos”.

Esto demuestra que la integridad de la persona, su familia y comunidad han sido muy afectadas, la dignidad ha sido puesta a prueba, se ha activado el amor hacia uno mismo y al prójimo, siendo la integridad un compromiso y cuidado prioritario. En nuestra modernización ha cambiado las prioridades, el enfoque materialista y generador de riqueza ha sido severamente afectado, las personas han vuelto a poner su mirada en su interior y han encontrado que se debe retornar nuevamente a la utilización de un cerebro humano y pensador, para poder crear y establecer condiciones humanas para podernos adaptar al momento que estamos viviendo.

Se abre el deseo y la esperanza de poder utilizar el cerebro completo y nuestra inteligencia para establecer procesos de aprendizaje para la adaptación al nuevo ambiente de vida. Estamos aprendiendo a vivir en confinamiento, aislamiento de nuestros seres queridos, familia y amigos, importante para poder manejar nuestro afecto y amor. Cada día nos enfrentamos al temor de enfermarnos y morir, el bombardeo de las noticias negativas, las prédicas religiosas sobre el fin del mundo y a la exposición de criterios ignorantes, y a veces estúpidos, en las redes sociales. La vida es un proceso dinámico, de realización de acciones productivas con base en el logro de objetivos específicos, donde existe el propósito de sobrevivir a base de enseñanza y aprendizaje, con modelos educativos que traten de adaptarnos a esta experiencia, retomando nuestra capacidad de desarrollo humano, socializar y de buscar siempre lo mejor de la vida.

La Neurociencia, herramienta que ayuda al análisis de la estructura cerebral, funcionamiento, composición molecular, salud y patologías del sistema nervioso, especialmente en el análisis del campo emocional y la conducta humana, puede ser de ayuda a personas que enfrentan la pandemia. Considero que la población está dividida en dos grupos de personas, aquellas que viven relacionadas con lo material, su prioridad es su mundo exterior, en función social, que ponen poca atención a su mundo interior, a su espiritualidad, entendiéndose ésta como el manejo del poder interior o energía del individuo, para expresar el Ser, este grupo no dedica tiempo a observarse, meditar sobre su vida y mucho menos a

cuidar de su salud, experimentan más dolor, les es difícil encontrar herramientas para enfrentar procesos de tanto tiempo de confinamiento y de desconexión de actividades rutinarias. Actúan y dependen de las relaciones sociales, de sus logros laborales y pretenden una economía sostenible. El segundo grupo, son aquellos que por alguna razón han venido haciendo un trabajo de interioridad, de exploración de su energía interior hacia fortalecer su espiritualidad y piensan de forma positiva y productiva, que aprenden a utilizar su energía para materializarla en cosas que les ayudan a deleitarse y ser felices.

La pandemia nos ha venido a demostrar que los cambios de vida son difíciles, lo dependientes que somos del mundo exterior. El confinamiento y cuarentena son palabras que en alguna oportunidad escuchamos pero que nunca nos imaginamos experimentarlas, estamos descubriendo que debemos ser creativos y proactivos para vivir y manejar esta situación y sobrevivir. Hemos tenido que cambiar nuestra vida habitual, invertir tiempo para leer, tener tiempo para meditar y reflexionar, hacer ejercicio, conversar con nuestra familia, trabajar en y desde casa. Hemos fortalecido nuestra relación familiar, experimentando otra forma de vivir y entendernos para poder salir adelante y desarrollarnos como humanos. Esto obliga a un replanteo de la vida, la existencia, cambio de conducta, reinventarse, establecer nuevos objetivos y en general poder manejar una nueva forma de pensar, sentir y hacer.

Se frenó el mundo de la inmediatez, de realizar, exigir y aceptar las cosas ya, de forma rápida, donde existen pocos espacios y oportunidades para el desarrollo de muchos, donde la gente no tiene tiempo para detenerse, compartir la vida y de experiencias gratas, donde es difícil pensar en sí mismo y desarrollarse como una persona humana. La situación expuso a las personas, dándose cuenta de que no es cierto que se tiene un nivel de desarrollo humano mayor al que se piensa. Ha sido muy difícil, para la mayoría, enfrentarse a una situación de restricción, como es el confinamiento e inmovilización. La persona adulto mayor fue excluida de la sociedad y abandonada a su suerte, con dificultad de obtener su sustento y de trabajar.

Esta situación ha obligado a pensar en nosotros, como nunca lo habíamos hecho. Descubrimos que no sabemos pensar en nosotros y no tenemos la capacidad de hacerlo. No sabemos que tenemos grandes capacidades para realizar muchas cosas que no hemos pensado, porque no hemos aprendido

como seres creativos, no conocemos nuestro poder energético interior, nos cuesta relacionarnos y compartir cosas productivas, no podemos ser felices en la adversidad, nos es difícil pensar de otra forma a la rutinaria y mucho menos tener compasión de nosotros mismos y de los demás. Tenemos una complicada situación mundial, enfermos, muertos, familiares manejando duelos, sanos muy preocupados, pérdida de empleo, comercios cerrados, empresas cerradas, despidos masivos de trabajadores, sufrimiento, desesperación, angustia, miedo, cambio de pensamiento, gobiernos sin tener certeza de saber qué hacer, un impacto económico terrible, no sabemos dónde poner nuestra esperanza y seguridad.

Aprendemos a darle más valor a nuestro día, a mejorar nuestro aprovechamiento del tiempo, nos reinventamos y tratamos de establecer una nueva visión de vida, de introspección e interceptación. La pandemia ha provocado que la población y sociedad busquen y encuentren objetivos comunes, forzados por la desgracia y el pánico, evaluamos nuestro marco de desarrollo humano y no tanto comercial o laboral. Estamos presionados y obligados a desarrollar una nueva forma de pensar, de adaptarnos y seguir evolucionando, ¿Cómo va a ser nuestro mundo a partir de ahora? muchos han cambiado e implementado otra forma de vivir. Estamos convencidos de que debemos aprender y educarnos a mejorar nuestra introspección y manejo de nuestra energía para su mejor materialización. Nuestro ego nos ha manipulado, practicamos la falta de reconocimiento personal, importante para el desarrollo humano de la persona, no tenemos desarrollo humano, no sabemos manejar y aprovechar la salud, nos es difícil manejar el dolor y el sufrimiento. Está demostrado que cuando una persona aprende a utilizar sus capacidades humanas, cerebro reptiliano, límbico y neocórtex, puede contrarrestar una situación como la de la pandemia.

La adversidad mal manejada desgasta y destruye el campo energético defensivo de la persona, sumiéndola en la ansiedad, angustia y culpa. El miedo sume a la persona en una degradación y destrucción, lo anula como ser humano, se vuelve reactivo., desviándole su atención de donde debería invertir su energía. La pandemia ha demostrado que debemos mejorar el uso de nuestras capacidades, activar nuestros dones, talentos y habilidades personales. Necesitamos un cambio de consciencia que ayude a adaptarnos a las nuevas exigencias, un nuevo aprendizaje y educación con el fin de desarrollar seres humanos y no seguir produciendo mamíferos competitivos, dejar de ser adictos

al consumismo. Para poder lograr esto podemos apoyarnos en la neurociencia. Esta se dedica a estudiar y aportar conocimiento para definir y establecer mecanismos que ayuden a regular conductas, reacciones nerviosas destructivas de procesos de pensamiento, emocionales y sentimentales, especialmente a conocer nuestro cerebro, en beneficio de nuestra salud y toma de decisiones.

3. Neurociencia aplicada para la toma de decisiones

En el siguiente apartado, propongo acciones que pueden ayudar a mejorar nuestra conducta y salud. Nos ayudará a realizar acciones que mejorarán nuestra forma de pensar, manejo de emociones y a sentirnos mejor. Aprenderemos a enfrentar la frustración social ante el aislamiento.

- Aprenda a conocer cómo funciona su cerebro; este debe ser estimulado de una manera integral, compruebe qué áreas se activan en acciones e intervenciones específicas. Sabemos por ejemplo que el área frontal, el área específicamente humana, puede regular nuestras conductas ayudándonos a crear un escenario futuro y también a inhibir el impulso inmediato. Asimismo, sabemos que áreas como la corteza límbica, se sobre estimula en la experiencia emocional social negativa y puede producir desajustes conductuales y malestar anímico. En cada experiencia y forma de pensar el cerebro sufre cambios importantes que impactan nuestro cuerpo, forma de ser, conducta y ritmos de la vigilia-descanso.
- Valore la importancia de tener contacto con sus familiares en casa, hable cosas positivas y productivas, confesando que es una persona saludable y que se ama a sí misma y a los demás. Realice ejercicios mentales donde se visualiza sano y sin temor a que pueda enfermarse y morir. Realice actividades que le permitan experimentar cosas nuevas que le ayuden a explorar su sensibilidad, creatividad, imaginación, sentimiento y pensamiento positivo productivo que fortalezca su mundo interior, que le ayude a sentirse especial y humano.
- Practique juegos con los miembros de su familia, entendiendo que la vida es un juego donde tenemos que divertirnos, especialmente los niños y adolescentes.
- Reconozca su capacidad cognitiva de reacción contra lo que está sucediendo y su capacidad de manejar la situación de forma positiva

y productiva. Aprenda a hablar en positivo, no use en su vocabulario palabras negativas, descripciones destructivas. Sus palabras impactan sus genes, procesos bioquímicos incidiendo su estado de SER.

- Motívese a hacer cosas nuevas que no ha realizado, lectura, manualidades, pintura, etc. Active su mundo del hemisferio cerebral derecho.
- Reconozca sus emociones que lo hacen ser negativo y pesimista, cambie y cultive situaciones donde sus emociones, pensamientos, sentimientos y su quehacer sean positivos y productivos. El manejo emocional es muy importante en estas situaciones.
- Aprenda a reconocer su situación problemática que activó en la pandemia. Reconocer, analizar sus limitaciones y su capacidad de manejo situacional permite aceptarlos, de esta manera aprenderá a poder situarse en un estado positivo y manejar mejor su pensar, sentir y su quehacer.
- Tome tiempo para meditar y reflexionar sobre su grandeza como humano y sus grandes capacidades y cualidades. Analice a profundidad para que es bueno y determine por qué lo es. Esto es fundamental para abrir las puertas de su grandeza como persona, y de acciones positivas productivas que puede hacer haciéndolas, le cambiará su atención.
- Piense de forma altruista, este pensamiento activará en usted su bondad, compasión, gratitud y amor. Esto mejorará su cerebro y descubrirá medios adecuados para su desarrollo personal y familiar.

Es importante tomarnos un tiempo para poder realizar un análisis, en el momento que vivimos, sobre la situación de la sociedad, la pandemia que nos afecta y aquellas acciones, dentro del campo de la neurociencia, que nos puedan ayudar a activar en nosotros una actitud positiva y realizar actividades productivas para nuestra salud. Debemos encontrar, nosotros mismos, un proceso que nos ayude, como siempre lo hemos hecho, a adaptarnos, manejar nuestra vida a través de la pandemia y a ser saludables.

CONCLUSIÓN

La sociedad, que en la actualidad vive un proceso de deshumanización, de degradación del individuo y la familia, se ha tenido que enfrentar a una pandemia que representa enfermedad y muerte, provocando un cambio y descontrol en su rutinaria y habitual forma de vida. Esto, exige un cambio de vida, de entendimiento entre las personas. Se requiere una nueva forma de pensar, sentir y hacer, para lo cual la neurociencia propone acciones que pueden contribuir a este cambio y a establecer una nueva forma de conducta de vida bajo condiciones y acciones que nos permita transformarnos en la nueva sociedad que nos espera.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Sapiens. De animales a dioses, Yuval Noah Harari, historiador especializado y profesor en la Universidad Hebrea de Jerusalem.

La evolución humana, Peter Andrews y Chris Stringer.

El collar del neandertal, paleontólogo Juan Luis Arsuaga.

Nuestra especie, Marvin Harris, estudio antropológico para descubrir cómo eran las primeras sociedades y los primeros lenguajes humanos.

Los dragones del Edén, Carl Sagan, la evolución intelectual y mental del ser humano.

Cómo citar este artículo:

Fuentes, R. (2020). Sociedad, pandemia y neuroeducación. *Revista de Investigación Proyección Científica*, 2(1), 177-188. <https://doi.org/10.56785/ripic.v2i1.57>



Copyright © 2020 Rodolfo Alfredo Fuentes Perdomo. Este texto está protegido por una licencia Creative Commons 4.0. Usted es libre para compartir y adaptar el documento para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios.

Resumen de licencia - Texto completo de la licencia