



Se trata de preguntas sobre imágenes o acertijos que se repiten en Instagram, Facebook y TikTok:

Pruebas en redes sociales para evaluar el cerebro y la personalidad: ¿mito o ciencia?

Desde identificar el hemisferio cerebral dominante hasta estimar la inteligencia con puzzles, estos tests rápidos son cada vez más populares. Acá, neurocientíficos y psicólogos explican por qué generan tanta curiosidad, y dan claves para saber si realmente son efectivos.

ANNA NADOR

Una imagen que permite saber si piensa con el “hemisferio izquierdo” o con el “derecho”. Un puzzle que predice su coeficiente intelectual o qué rasgo de personalidad domina según “lo que ve primero” en un dibujo. Promesas como estas, que se presentan como herramientas de autoconocimiento, son cada vez más comunes en redes sociales. Nerea Aldunate, psicóloga e investigadora del Centro de Investigación en Complejidad Social de la U. del Desarrollo, señala que estas pruebas resultan especialmente atractivas porque “el ‘nosotros mismos’ es nuestro tema favorito y nos involucra más que cualquier otra cosa a nivel emocional. Eso hace que nos centremos con facilidad en el quién soy, qué tan inteligente soy, qué tipo de personalidad tengo. Un test en redes sociales (...) nos promete precisamente eso: un espejo rápido de lo que somos”.

Según explica, su popularidad también responde a razones prácticas: las pruebas están diseñadas para ser breves, fáciles de completar y “suelen decir cosas lo bastante generales como para que casi cualquiera se sienta descrito”.

A esto se suma el uso de términos técnicos como “hemisferio derecho” o “coeficiente intelectual”, que da la impresión de acceder a conocimiento científico.

Y si bien “estos tests pueden ser algo muy entretenido, tienen poco sustento científico, porque no hay ningún test que por sí solo pueda evaluar efectivamente lo que se está indicando” en estas publicaciones, afirma Pedro Maldonado, neurocientífico y académico del Departamento de Neurociencia de la Facultad de Medicina de la U. de Chile.

Francisco Parada, neurocientífico y



En las fotos se ven algunos ejemplos de tests que se han vuelto comunes en redes sociales.

director del Centro de Estudios en Neurociencia Humana y Neuropsicología de la U. Diego Portales, concuerda: “La mayoría está basada en neuromitos: información que anda circulando y que es derechamente falsa o la gran mayoría son exageraciones o malinterpretaciones”.

Viralización

Un ejemplo, precisa Aldunate, “son los tests para saber cuál es tu hemisferio dominante. Esto se apoya en un dato real que es que hay cierto grado de especialización de funciones en los hemisferios cerebrales, pero lo transforma en una especie de horóscopo neurológico, donde si eres ‘más hemisferio derecho’, serías creativo y emocional, y si eres ‘más hemisferio

izquierdo’, lógico y racional. Pero en realidad, no hay ninguna evidencia científica que permita clasificar personas así de manera tan tajante”.

Algo similar ocurre con los tests de inteligencia, como los que afirman: “Solo un genio con coeficiente intelectual (CI) superior puede resolver este acertijo”. “Estos tests suelen mezclar un par de ejercicios clásicos de razonamiento con preguntas de cultura general, para entregarte tu CI o una etiqueta como ‘inteligencia superior’. El problema de esto es que un test de inteligencia serio requiere muchos más ejercicios, condiciones controladas y una comparación con grandes muestras de población. Estos tests expés, en cambio, están diseñados para que la mayoría obtenga un resultado alto y se sienta especial, lo que aument

su viralización, pero están muy lejos de medir realmente la inteligencia”, acota Aldunate.

Por otra parte, continúa, “cuando en redes aparece una imagen ambigua, como un dibujo donde puede verse primero un animal o una cara, lo que solemos llamar ‘lo que ves primero’ depende de cosas como el contraste, el tamaño de los elementos que componen la imagen, dónde cayó primero tu mirada en la pantalla, (etc.). Pero no dice nada sobre tu personalidad. Puede reflejar, a lo sumo, procesos momentáneos como tu foco atencional en ese instante, tu experiencia previa con cierto tipo de figuras, alguna preferencia visual muy general (por detalles vs. el conjunto), pero no rasgos estables como si eres introvertido, empático o tiendes a evitar con-



flictos”. De hecho, indica Gada Musa, neuropsicóloga de la Clínica U. de los Andes, “estas pruebas sobre qué es lo que tú ves son una extrapolación de lo que

se llaman pruebas proyectivas, que están basadas en el psicoanálisis. Aquí el *gold standard* que se sigue usando para evaluar personalidad es el test de Rorschach, que trata sobre lo que tú ves, pero se hace en base a 10 láminas, el análisis es muy largo y se requiere la evaluación de un profesional cualificado”.

Los entrevistados concuerdan en que estos tests en redes sociales no son inocuos. “Estas respuestas rápidas no son inofensivas porque la gente puede tener una idea equivocada de cómo funciona la mente y los humanos. También puede fomen-

tar estigmas: por ejemplo, si considero que no me va bien en las matemáticas y hago uno de estos tests y me sale que soy más creativo, me voy a terminar creyendo eso”, dice Parada.

Entonces, ¿qué hacer si una persona quiere conocerse mejor? “Si alguien necesita realmente comprender sus capacidades cognitivas por motivos académicos, laborales o de salud mental, lo ideal sigue siendo una evaluación profesional con pruebas estandarizadas. Es decir, acudir a un profesional, como un psicólogo o psicóloga, que utilice baterías validadas de inteligencia, memoria, atención y personalidad. Esas pruebas no entregan ‘la verdad’ sobre una persona, pero sí un mapa mucho más confiable y matizado que cualquier test viral”, concluye Aldunate.