LITORALPRESS

Fecha: 27-07-2025
Medio: El Mercurio de Valparaíso
Supl. : El Mercurio de Valparaiso
Tipo: Columnas de Opinión
Título: **Columnas de Opinión: El cerebro como brújula de políticas públicas**

Pág. : 10
Cm2: 212,9

Tiraje: 11.000
Lectoría: 33.000
Favorabilidad: No Definida

C

Columna

Luis Sebastián Contreras
Académico Escuela de Psicología, Universidad Adolfo Ibáñez

El cerebro como brújula de políticas públicas

El 22 de julio se conmemoró el Día Mundial del Cerebro, una fecha impulsada internacionalmente para visibilizar la importancia de este órgano en nuestra vida cotidiana. Más allá de sus misterios, esta conmemoración nos invita a reflexionar sobre cómo el conocimiento neurocientífico puede contribuir al bienestar humano, especialmente en tiempos de crisis como los actuales: pandemia, cambio climático y conflictos que desafían nuestras capacidades emocionales y sociales.

En Chile, estas tensiones se cruzan con transformaciones demográficas profundas. Según el INE, el 14% de la población supera los 65 años, ya por sobre los menores de 14. A esto se suma el alza de hogares unipersonales, que crecieron del 8,3% al 21,8%. Esta combinación de envejecimiento e individualización puede acentuar la soledad, con efectos negativos sobre el cerebro: la evidencia muestra que la soledad crónica se asocia con deterioro cognitivo y mayor riesgo de demencia. La incertidumbre y la falta de redes sociales agravan aún más este panorama.

Frente a esto, la neurociencia ha identificado procesos como la empatía y la conducta prosocial como claves para fortalecer la cohesión social. Comprender a los demás y actuar en su favor no sólo genera comunidades más unidas, sino también mejores indicadores de salud mental y física. Por ello, estas capacidades están siendo consideradas cada vez más en las políticas públicas de salud. En Chile, donde muchas personas reportan sentirse aisladas (Termómetro de la Salud Mental - UC-ACHS), más de la mitad declara altos niveles de estrés (Ipsos) y uno de cada cuatro adultos presenta síntomas de ansiedad (Minsal), fomentar vínculos sociales saludables es urgente.

Desde la neurociencia, sabemos que la prosocialidad surge con facilidad en contextos de cercanía, pero requiere esfuerzo cuando se trata de personas distintas o en escenarios de tensión social, como los marcados por migración o fragmentación. El estrés crónico, además, dificulta estas respuestas. Sin embargo, estudios muestran que quienes están más conectados con sus emociones y valoran los beneficios sociales por sobre los costos personales son más proclives a actuar en favor de otros. Modelos cerebrales recientes explican cómo el control cognitivo y la sensibilidad afectiva pueden contrarrestar los efectos negativos del entorno y facilitar la motivación prosocial y empática. Estos hallazgos pueden guiar intervenciones concretas que promuevan la cooperación social, ayudándonos a enfrentar los desafíos colectivos del presente. El reto no es sólo entender cómo funciona el cerebro, sino aplicar ese conocimiento para diseñar políticas públicas más efectivas. ¿Qué pasaría si decidiéramos fomentar sistemáticamente la empatía y la prosocialidad, guiados por la ciencia?

Junto con un grupo de académicos, creemos que este tipo de conocimiento puede –y debe– integrarse a la conversación pública, especialmente en contextos marcados por la desigualdad y la urgencia emocional. Hacer ciencia del cerebro no debería ser solo un ejercicio técnico, sino también una práctica con propósito, capaz de tender puentes entre el individuo y la comunidad, entre el conocimiento y la política, entre la evidencia y el bienestar colectivo.