

# Bases de datos que analizan nuestros sueños: ¿qué dicen de nosotros?

09/02/2021

El virus del SARS-CoV-2, que afecta a la población mundial desde hace más de un año, no solo alteró nuestra forma de vida de manera vertiginosa sino también nuestros descansos. Por eso, actualmente muchos científicos utilizan bases de datos que analizan sueños de todo el mundo.

Para el doctor en ciencias biológicas y especialista en cronobiología del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Diego Golombek, en algunas investigaciones se constató que en situaciones como estas se comprueba que primero se sueña más, y segundo que el contenido de estos parece ser muy particular y diferente a los sueños tradicionales. Que esto sea más prolongado lo podemos relacionar con que al menos en una etapa de la cuarentena dormíamos más, y por lo general, durante la mañana.

“Como lo hacemos varias veces por noche y el último es el más largo, el más reciente antes de despertarnos, seguramente es el que podremos recordar mejor y eso da como conclusión que la gente diga sí, estoy soñando más”, afirmó en diálogo con Infobae.

El doctor en psicología e investigador de sueños Kelly Bulkeley sostiene que estos se pueden traducir a un lenguaje que se puede analizar y existe tecnología, limitada aún, pero que permite ayudar a comprender qué dicen los sueños sobre nosotros. La base de datos más grande desarrollada hasta el momento cuenta con cerca de 40.000 sueños de personas entre 7 y 74 años de distintos lugares del mundo, en su mayoría de los Estados Unidos. Los mismo fueron recopilados en el transcurso de varias décadas.

En la misma sintonía, desde hace varios años se están

recopilando sueños en distintos lugares del mundo y existen estas bases de datos de miles y miles de sueños narrados. “En este momento tenemos herramientas informáticas, de inteligencia artificial, para analizar en detalle y automáticamente sin ningún tipo de subjetividad este contenido. Examinar, por ejemplo, la frecuencia de determinadas palabras. Las combinaciones de estas palabras. Y recién ahora se están empezando a realizar estas investigaciones con sus respectivos resultados. Claramente va a cambiar la historia de cómo entendemos a los sueños poder hacer este tipo de trabajos que son un poco más objetivos. Pero realmente estamos en la infancia”, manifiesta Golombek. Sin embargo, así como los sueños reflejan cuestiones individuales también se pueden hacer análisis sociales o incluso nacionales, por países, a través de los sueños. “No conozco experiencias en este sentido, pero nuevamente, las bases de datos son las que nos van a permitir hacer este tipo de análisis cruzados y describir ciertas variables que correlacionen con el contenido de sueños”, señala Golombek.