

Respuesta científica: ¿por qué jugar con el celular mejora la memoria y la concentración?

31/12/2023



Una investigación realizada por expertos de la *Universidad de York*, en Reino Unido descubrió que jugar con el celular mejora la memoria y las funciones cognitivas de las personas, **sobre todo de los adultos mayores.**

Este descubrimiento pone a la sombra los mitos que rodean a la pantalla y sus efectos negativos, mientras saca a la luz cómo **la tecnología puede ser de gran ayuda para evitar el deterioro del cerebro humano a medida que envejece**, ya que los videojuegos mantienen la mente activa.

En este sentido, la doctora Fiona McNab, del Departamento de Psicología de la Universidad de York señaló que los elementos estratégicos que tienen los videojuegos como la planificación para resolver problemas, **mejoran la atención y la capacidad de**

recordar.

El estudio reveló que los adultos mayores que jugaban **rompecabezas digitales** en sus celulares tenían niveles de memoria y concentración similares a los de una persona de 20 años.

Los rompecabezas, la clave para la memoria

Además de una fuente de entretenimiento, esta investigación demostró que la tecnología y sus juegos son **un gran aliado para la salud cognitiva de los humanos.**

Los efectos positivos de los rompecabezas y juegos de estrategia digitales **mantienen la mente ágil y mejoran la concentración a cualquier edad.**

En este sentido, el doctor Joe Cutting, del Departamento de Ciencias de la Computación de la Universidad de York aseguró que estas actividades son **especialmente beneficiosas para aumentar la capacidad mental de los adultos mayores.**

Fuente: Canal 26