

Facundo Manes dio cátedra sobre la convivencia ciudadana en la Ciudad

Publicado el [28 noviembre, 2015](#) por [F.M.](#)

[Sitio Andino](#)

El reconocido neurocientífico brindó una amigable charla a mendocinos y turistas.



El intendente Rodolfo Suarez recibió en la Plaza Independencia al reconocido neurocientífico, quien brindó una amigable charla a mendocinos y turistas. Es el primer encuentro en el marco del ciclo “Dialogando en la Ciudad”.

El espacio verde más importante de la Ciudad de Mendoza fue el escenario donde se desarrolló un ameno diálogo sobre valores, convivencia ciudadana, inteligencia colectiva, entre otros temas, impulsados por el intendente de la Capital, Rodolfo Suarez. Por supuesto, la charla tuvo como protagonista al neurólogo y neurocientífico argentino, Facundo Manes.

Rodolfo Suarez dio la bienvenida al invitado de lujo y agradeció a los vecinos y al público en general por estar presentes. “En esta charla informal y abierta vamos a hablar de los temas que nos preocupan. Es un orgullo recibir a Facundo Manes, declarado Huésped de Honor por la Ciudad de Mendoza. Él humanizó la ciudad porque permite llegar en forma individual y colectiva para que vivamos mejor”, manifestó Suarez, quien agregó: “Hace tiempo venimos hablando de la convivencia en el espacio público, convivencia que vamos a significar de ahora en más con nuestra nueva marca que representa un árbol y el respeto que los mendocinos le tenemos. Nuestra reflexión es sobre cómo vamos a trasladar ese respeto a otros aspectos de la vida. Debemos generar mayor empatía; conservar

los bienes públicos para que las relaciones humanas mejoren”.

El contexto de la actividad fue una plaza colmada de vecinos de la Ciudad, personas del Gran Mendoza y turistas. El silencio que reflejaba la admiración y el respeto de la gente por Manes, fue interrumpido por el gran aplauso del público que abrió la charla del profesional argentino.

“El conocimiento se genera en equipo”

Facundo Manes habló durante más de una hora en la Plaza Independencia mientras los presentes manifestaban su admiración a través del silencio y el respeto. Fue invitado por el intendente Suarez quien desde hace tiempo trabaja arduamente en la convivencia ciudadana. Y sobre eso se habló.

“El principal capital de un país es el capital intelectual de los ciudadanos. El conocimiento se genera en equipo. La inteligencia colectiva es mucho más importante que la individual”, afirmó Manes.

Como sociedad, el experto dijo que “vamos a ser mejores cuando revaloricemos a los docentes, cuando le demos el prestigio que merece su trabajo. El docente debe ayudar a que los chicos procesen la información y a generar conocimiento con valor agregado”.

Facundo aclaró que “sólo la sociedad puede lograr la felicidad de un pueblo y debemos darnos cuenta lo importante que es nuestro rol en la Argentina del futuro”. Dijo también que “trabajamos por un sueño y es volver a ser los mejores de América Latina y uno de los mejores países del mundo. Nosotros tenemos el objetivo de ser un país desarrollado, con educación de calidad, con cerebros protegidos, sin hambre, con afecto, con universidades que generen conocimiento, con un proyecto colectivo”.

Con una gran ovación del público, Facundo finalizó la charla y comenzó la ronda de preguntas de los presentes. Fue un encuentro agradable, amigable, respetado y abierto a todos los mendocinos.

Manes dio cátedra, y los vecinos de la Ciudad demostraron que la convivencia en los espacios públicos, es posible

“Rosario se está convirtiendo en polo de impacto nacional”

Publicado el [31 marzo, 2016](#) por [F.M.](#)

Conclusión

Por Santiago Fraga

El neurólogo *Facundo Manes* pasó por la ciudad y en diálogo con *Conclusión* destacó el valor de la riqueza mental: “Los países ricos y pobres se diferencian por el valor del capital mental de los ciudadanos”.



El neurólogo y neurocientífico argentino *Facundo Manes* visitó la ciudad de Rosario y dialogó en forma exclusiva con *Conclusión* en una entrevista en la que apuntó a temas cotidianos como el estrés, la importancia de la meditación y cómo llevar una saludable vida mental, pero además destacó la enorme evolución rosarina en el campo de la neurociencia y el valor del capital mental de los humanos. También hizo hincapié en el rol de los gobiernos en las discusiones de la sociedad y hasta dio detalles respecto a la posibilidad de verlo inmerso en la política, entre muchos otros temas.

El creador del *Instituto de Neurología Cognitiva* (Ineco) previamente se presentó el miércoles por la noche ante un colmado Teatro La Comedia, donde en el marco de su charla “El Valor del Conocimiento” dio un panorama respecto a qué es la neurociencia y qué es el conocimiento, relacionados con la salud mental, los ambientes laborales y la “revolución del conocimiento” que necesitan los argentinos.

Entre algunas de las frases que dejó en el diálogo con este medio, dijo que “*hoy los países ricos y pobres se diferencian por el valor del capital mental de los ciudadanos*”; que “*los gobiernos tienen un rol fundamental en crear un entorno para que la mente de las personas florezcan*” y para terminar con la llamada “grieta”; y que cosas como el estrés, el sobrepeso y estar conectados a la tecnología todo el tiempo, entre otras, contribuyen a una insana salud mental.

—*En la charla “El valor del conocimiento” hiciste referencia a tu regreso al país en el 2001 y mencionaste que estaba todo muy vacío en relación con el tema del estudio de la mente. Hoy en día, ¿Cómo ves el estudio de la neurociencia en Rosario y en Argentina?*

—Lo veo creciendo. **Veó que Rosario se está convirtiendo en un polo de impacto nacional y en el futuro de impacto internacional en el campo del estudio del cerebro y de la mente.** Acabamos de repatriar con el grupo Oroño e Ineco a un investigador argentino que viene de Estados Unidos que va a liderar un área de toma de decisiones y de emociones. Hay un neurólogo que también acabamos de repatriar de Alemania, de Hamburgo, Máximo Zimerman, con todo el equipo de neurólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionales de Rosario bajo el paraguas de Ineco y el Grupo Oroño. **Se está formando un ecosistema muy importante, más allá de los neurólogos y psiquiatras que ya tenía Rosario muy buenos.** Creo que el gobierno de Santa Fe está interesado en apoyar este polo de neurociencias cognitivas desde Santa Fe y Rosario, así que yo lo veo con muy buenas perspectivas y también veo lo importante que es el talento que hay en la Argentina de la gente joven que quiere investigar. A nivel nacional veo **que las neurociencias por suerte están tomando un rol más importante en la ciencia argentina.** De hecho, en unos días inauguramos, y del cual Rosario también se va a beneficiar, un instituto de neurociencias cognitivas Conicet-Favaloro-INECO (que incluye Ineco Rosario también), así que **por suerte hay que trabajar mucho, hay que apostar más, invertir más,** pero veo que la sociedad quiere aprender sobre el cerebro. Comprende que las enfermedades del cerebro son la principal causa de discapacidad, y **la Argentina está tomando las medidas necesarias para poner al estudio de la mente como una prioridad científica nacional.**

—*¿Qué opinas de lo que son las políticas de desarrollo de parte del gobierno nacional en lo tecnológico y científico?*

—Bueno, en el gobierno anterior se creó el Ministerio de Ciencias, que fue positivo. Se dio mejores condiciones de trabajo y de salario a los científicos, que fue positivo. Pero **el desafío es enorme; es competir a la ciencia, la innovación, la tecnología y la educación de calidad en el motor del desarrollo de Argentina.** Lo que nos falta todavía es enorme. **Es entender que hoy los países se diferencian, los ricos y pobres, por el valor del capital mental de los**

ciudadanos. O sea que, empezamos bien, se hizo un Ministerio, se mejoró las condiciones de los científicos, pero ahora viene la Revolución del Conocimiento que incluye que la ciencia, la educación y la tecnología atraviese todo el Estado nacional para que nos desarrollemos de una vez por todas los argentinos.

—*¿Y pensás que hoy se está apoyando esto? ¿Estamos más cerca de lograrlo?*

—El gobierno reciente tiene cien días nada más, hay que darle una oportunidad. Me pareció muy saludable que el ministro de Ciencias, (Lino) Barañao, continúe para hacer de la ciencia una política de estado, pero insisto, tiene que haber una articulación de ciencia, de Ministerio de Educación, de Salud, de Agricultura, de Defensa, de todo lo relacionado con la innovación, la tecnología. No sólo la tecnología, no sólo ciencia, no sólo la educación, no sólo la salud, no sólo la agricultura; todo junto poniendo como paradigma el conocimiento para lograr el desarrollo.

—*En un momento mencionaste el capital mental. En la sociedad pareciera ser que día a día está creciendo más la violencia en el sentido de la discusión, y principalmente la discusión política, o la a veces llamada “grieta”. ¿Crees que existe? ¿Qué razones le encontrás a esto?*

—Totalmente. **Yo creo que los gobiernos tienen un rol fundamental en crear un entorno para que la mente de las personas florezcan.** Esto es importante, los gobiernos además de hacer pavimentos, cloacas, mejorar la infraestructura con nuestros impuestos, tienen un rol fundamental en crear un entorno para que los cerebros de los habitantes florezcan. Y **nosotros los argentinos tenemos que dejar de estar divididos por ciertos temas fundamentales:** si nosotros, argentinos, nos ponemos a discutir del pasado, vamos a estar divididos; si nos ponemos a discutir del presente, vamos a estar divididos. **Tenemos que encontrar un paradigma que nos una, en lo cual nadie disienta, y eso para mí es la Revolución del Conocimiento,** que implica derrotar la pobreza, derrotar la malnutrición en un país que puede alimentar a diez Argentinas, empresarios que generen valor agregado en sus trabajos y no sólo dependan del estado, educación de calidad, ciencia, innovación, tecnología, mejores universidades, **todo eso tiene que ser el paradigma que nos haga salir de la grieta a los argentinos.** Podemos discutir del pasado, podemos discutir del

presente, pero lo que no podemos discutir es que la Revolución del Conocimiento tiene que ser el paradigma que nos una con respecto al futuro en nuestro país.

—En tu charla hiciste una comparación entre las capacidades mentales de los chimpancés y de los humanos, y las pocas diferencias que entre ellos se encontraban. Para vos, cuando las personas se trezan en este tipo de discusiones, ¿hay mucha diferencia entre el razonamiento de un chimpancé y el de la persona que discute?

—Nosotros vivimos mucho más automáticamente de lo que pensamos. Los líderes a veces quieren hacer la guerra, van a la guerra, y luego la justifican. Así **que no somos tan racionales como pensamos, y tenemos muchas conductas que son automáticas, emocionales e intuitivas.** Nos gusta pensarnos como racionales, pero somos mucho más emocionales, no conscientes, e intuitivos de lo que pensamos.

—Relacionado con lo que es tu campo, hay un tema que influye a todos cotidianamente que es el estrés. ¿Tenerlo en el día a día es algo pueda producir enojo o enfermedades en las personas?

—El estrés es una respuesta fisiológica normal ante un desafío. Si nosotros ahora tenemos un percance, si se nos rompe el auto y tenemos que caminar, vamos a tener cambios corporales. Ese estrés es normal. **El problema es vivir con ese estrés crónicamente.** Eso produce cambios corporales e implica también un impacto negativo en el cerebro, así que claramente **el estrés crónico es muy negativo para nuestro cerebro y nuestro cuerpo,** y es una de las cosas que tenemos que mejorar para tener más bienestar. **Por más que tengamos solucionado el tema económico, el tema laboral, mucha gente con estrés tiene una mala calidad de vida,** así que es un tema muy importante para abordar como sociedad.

—¿Y cuáles serían tus recomendaciones para una vida mental sana?

—Dormir bien, el sueño es salud. Estar conectado socialmente. Evitar el sobrepeso. Hacer ejercicio físico. Tener conexión con nuevas ideas, nuevos aprendizajes, aprender algo nuevo. Combatir el estrés. Mantener la glucosa en valores normales. La tensión arterial en valores normales. El colesterol en valores normales. Todas esas cosas en su conjunto. Meditar también es importante. Todas esas cosas en conjunto hacen que tengamos mayor bienestar.

—*¿La meditación y la oración son importantes?*

—Muy importantes. Pensar en el corto plazo, en lo inmediato, disfrutar el presente, sin juzgar. Son cosas que nos hacen vivir mejor y tener más bienestar.

—*Otro punto en el que hiciste hincapié en el Teatro fue acerca de las redes sociales y cómo éstas en realidad juegan un papel distinto al que aparentan en las personas, como por ejemplo, deprimirlas. ¿Cuál es tu opinión respecto de que los niños cada vez desde más temprana edad crezcan rodeados de tecnología?*

—No es malo. La tecnología es muy buena. **Lo que no podemos hacer es estar todo el día conectados.** Tenemos que tener tiempo de desconexión, porque el cerebro cuando está apagado o cuando está pensando en nada en realidad trabaja mucho y procesa información que adquirimos cuando estamos atentos, así que **la tecnología es fantástica pero hay que tener un uso adecuado porque incluso puede disparar conductas más ansiosas, obsesivas o compulsivas.**

—*¿Y cuál sería la diferencia entre un niño que crece ya en ese mundo tecnológico con respecto a cualquier joven o adulto?*

—Todavía no hay estudios porque esos estudios necesitan décadas y todavía no tenemos las décadas que nos muestren esto, pero no creemos que vaya a cambiar el cerebro. No creo que vaya a haber un cerebro nuevo por el iPad. Tampoco lo hubo con la imprenta, que cuando surgió muchos se pensaban lo mismo que nos preguntamos hoy. Lo que creo es que vamos a usar la memoria para otras cosas. El iPad o el Google nos pueden decir cuántos habitantes tiene la capital de Mongolia; lo que no puede recordar es el último abrazo de nuestro hijo, o nuestra pareja.

—*Por último, se rumoreo en su momento que vos podías ser candidato a presidente en las pasadas elecciones.*

—**Yo tengo dos pasiones, más allá de mis afectos. El cerebro, el estudio del cerebro que es una de las principales causas de discapacidad en el mundo, y mi país, Argentina. Yo quiero luchar para que la sociedad civil cambie el paradigma del futuro.** Y como con la democracia, porque la democracia argentina fue el último paradigma que nos unió, cuando se consiguió **no la consiguió un presidente ni un líder político**, lo consiguió la sociedad civil que

se unió y dijo ‘vamos a vivir en democracia’. **Yo quiero ser parte de la sociedad que pida la Revolución del Conocimiento.**

—Entonces digamos que no faltaría mucho para verte metido en política efectivamente.

—Si un cargo, o una situación política, es envasado en este proyecto de la Revolución del Conocimiento lo pensaría. Nunca lo haría por un narcisismo personal