

Τα κενά μνήμης είναι ένδειξη... εξυπνάδας!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Αν θεωρείτε ότι η ικανότητά σας να απομνημονεύετε με ευκολία πολλές (και μάλλον άχρηστες) πληροφορίες είναι ένδειξη πνευματικής ανωτερότητας, τα νέα ευρήματα επιστημόνων από τον Καναδά μάλλον θα σας απογοητεύσουν...

Και οι ίδιοι οι νευροεπιστήμονες πίστευαν για καιρό ότι η αδύναμη μνήμη είναι αποτέλεσμα δυσλειτουργίας στους μηχανισμούς του εγκεφάλου που είναι

υπεύθυνοι για την αποθήκευση και την ανάκληση πληροφοριών.

Σύμφωνα, όμως, με τους Πωλ Φράνκλαντ και Μπλέικ Ρίτσαρντς από το Πανεπιστήμιο του Τορόντο, ο ανθρώπινος εγκέφαλος στην πραγματικότητα προσπαθεί να ξεχνά.

Οι δύο ερευνητές υποστηρίζουν ότι ο στόχος της μνήμης δεν είναι να αποθηκεύει όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες για μελλοντική χρήση, αλλά να συγκρατεί μόνο τις πιο χρήσιμες από αυτές ώστε να καθοδηγεί και να βελτιστοποιεί τη λήψη αποφάσεων.

«Είναι σημαντικό ο εγκέφαλος να ξεχνά ασήμαντες λεπτομέρειες και να εστιάζει μόνο σε πράγματα που θα βοηθήσουν στη λήψη αποφάσεων στον πραγματικό κόσμο» δηλώνει ο Ρίτσαρντς.

Η μελέτη των δύο ερευνητών, η οποία δημοσιεύεται στην επιθεώρηση Neuron, βασίστηκε σε πληθώρα διαθέσιμων στοιχείων σχετικά με την απομνημόνευση αλλά και τη λήθη.

Η βαθύτερη κατανόηση της λειτουργίας του εγκεφάλου, όπως αναδεικνύεται μέσα από τις έρευνες, οδήγησε τους ερευνητές στο συμπέρασμα ότι η διαδικασία αποθήκευσης των διαφόρων πληροφοριών είναι εξίσου σημαντική με τη διαδικασία διαγραφής τους από τη μνήμη.

Αυτή η αλληλεπίδραση απομνημόνευσης-λήθης, καταλήγουν οι ερευνητές, μας επιτρέπει να κάνουμε πιο έξυπνες επιλογές και να παίρνουμε καλύτερες αποφάσεις.

Μη νιώθετε λοιπόν άσχημα αν ξεχνάτε μικρά καθημερινά πράγματα, όπως τι φάγατε χθες, αφού κάτι τέτοιο δείχνει μάλλον ότι ο εγκέφαλός σας κάνει σωστά τη... δουλειά του!

ΠΗΓΗ: onmed.gr