

El psicólogo y poeta Fernando Mansilla Izquierdo, nacido en Puertollano, aunque ha desarrollado su vida profesional en Madrid, nos ofrece una obra en la que relaciona sus dos mundos: *Literatura y cerebro*. Parte de la base que ambos tienen puntos de encuentro como cualquier actividad humana. La literatura desarrolla diversas redes en el cerebro, tanto del escritor como del lector y genera en el cerebro una simulación de la realidad, por ese motivo, la lectura de obras literarias pone en marcha tanto los circuitos emocionales como los relacionados con la interacción social y con la memoria. Al autor le llama la atención, que siendo la lectura un ejercicio muy enriquecedor, sea tan escaso el número de lectores en nuestro país.

Al centrarse en la lectura señala que con ella se activan dos rutas neuronales de forma paralela: la fonología (permite pronunciar las palabras nuevas e intentar acceder a su significado) y la léxica (se utiliza para palabras conocidas y permite recuperar de forma directa su significado). La lectura ayuda a comprender las propias emociones y la de los demás, a incrementar las habilidades sociales y a potenciar la memoria, en definitiva, la lectura aumenta la conectividad neuronal. La lectura de comprensión genera un aumento de flujo sanguíneo cerebral, incluso puede hacer que la materia blanca del cerebro crezca.

Mansilla se adentra en la influencia o los efectos de la poesía y la novela en el

cerebro, pues ambas se procesan de forma diferente, activando zonas distintas del cerebro. La poesía tiende a utilizar las palabras adecuadas para generar un maridaje entre las emociones y sentimientos que obligue a reflexionar al lector, contribuye, al mismo tiempo, a crear nuevas perspectivas sobre la vida. Afirma, también, que no es lo mismo leer poesía o escuchar poesía, la poesía y la música estimulan las zonas del cerebro especializadas en los sentimientos, en la memoria personal, en las áreas dedicadas al lenguaje, lo que posibilita que la poesía pueda contribuir a la reflexión y al conocimiento de uno mismo. La poesía es considerada como el tipo de literatura más exigente ya que tiene la capacidad de revelar niveles de significado de las palabras. Cuando se relaciona la poesía con la música, habrá qué concretar a qué tipo de poesía nos estamos refiriendo, pues tal vez el efecto en la poesía de verso libre no sea el mismo que en la poesía de formas tradicionales.

La lectura de obras de ficción literaria sirve como preparación para afrontar situaciones en la vida real, al tiempo que permite desarrollar estrategias adecuadas ante esos problemas, facilita ver el mundo desde puntos de vista diversos e identificarse con distintos personajes, lo que afecta positivamente al desarrollo de las habilidades sociales, a la vez que fomenta la empatía. Tras leer una novela queda un rastro en las conexiones neuronales que puede perdurar varios días o mantenerse más tiempo, al activar la memoria