

**E** ENTREVISTA. **DOCTOR DIEGO GOLOBEK**, biólogo argentino:

## “Es importantísimo que eventos como este lleguen a ciudades como Antofagasta”

Franco Bruna Ortiz  
 cronica@mercurioantofagasta.cl

Uno de los expositores más importantes del Festival Puerto de Ideas que se lleva a cabo este fin de semana en Antofagasta es el biólogo argentino Diego Golombek, considerado uno de los divulgadores científicos de habla hispana más importantes de la actualidad. El viernes dio una charla llamada “Los profundos misterios del sueño” en el Auditorio Ruinas de Huanchaca, y cerrará su participación el día de hoy con una charla llamada “Las neuronas de Dios”, a desarrollarse en el Museo de Antofagasta a las 10:30 hrs.

En esta entrevista, profundiza en los temas que expondrá durante el festival, su importancia en la sociedad actual y el impacto que el festival tiene a nivel de educación y periodismo científico.

**IMPORTANCIA DEL SUEÑO**  
**Existe el dilema de cuidar el sueño en un mundo donde cada vez hay menos tiempo para dormir ¿Cómo priorizar eso dentro de las obligaciones que nos impone la vida?**

-Es un poco paradójico, porque el sueño tiene mala prensa. A aquellos que duermen mucho se les considera vagos, y algo de justificación hay en el sentido de que no hace tanto tiempo sabemos la importancia del sueño dentro del ciclo vital. Desde las investigaciones científicas sabemos cada vez más que el sueño es fundamental para el día siguiente, pero también para el estado de ánimo, la salud, y una mayor productividad. El asunto es salir a contarlo y me parece que hay una obligación enorme de quienes trabajamos en esto de concientizar un poco a la gente y a los tomadores de decisiones para políticas públicas para que reivindicuen el sueño como una parte importantísima de la vida.

**¿Cómo aborda el tema desde su labor y el contenido de su charla?**

-Espero convencer a la gente a través de ejemplos muy



DIEGO GOLOBEK INAUGURÓ LA NUEVA VERSIÓN DE PUERTO IDEAS.

concretos, contando que realmente las consecuencias de la privación de sueño son enormes, y las cosas que debiéramos hacer. Como todo cambio de hábitos, es algo difícil y que lleva tiempo, que no se cambia de un día para otro, sino que se va avanzando de a poquito con metas poco ambiciosas y repetidas.

También tenemos una responsabilidad a nivel social e institucional. Un ejemplo claro es el huso horario de Chile, el -4, que está mal. Alternar entre horario de verano e invierno no es lo más recomendable, y un país como este, que está más al oeste, debería estar en el -5 todo el año, y eso es una discusión que requiere de evidencia científica. Lo mismo sucede con el diseño de turnos de trabajo rotativos o los oficios que no están expuestos a luz solar, donde se ubican las mineras. Es algo que debe legislarse de una manera que apunte a la productividad, pero que tenga en su base la salud.

**RELIGIÓN Y CIENCIA**  
**Su segunda charla trata del “choque” entre religión y ciencia ¿Cómo aborda esta problemática?**

-Me parece que acá tenemos un problema de preposición, ya que lo que se usa para poner en el medio de los conceptos de ciencia y religión es el “versus”. Y si partimos de esa base, llevamos todas las de perder. El cambio debe referirse más a una ciencia de la religión, que pueda entender por

qué este fenómeno sigue siendo tan masivo en pleno siglo 21. Es fascinante plantearlo como un problema científico, para entender de qué se trata.

La hipótesis que expongo apunta a que la creencia en lo sobrenatural paradójicamente sería un fenómeno natural. O sea, los humanos de alguna manera venimos con un cerebro cableado o preparado para esta creencia en lo sobrenatural que tal vez evolutivamente cumple algún rol a lo largo de la historia, un rol adaptativo. Entender por qué la gente sigue creyendo es lo que quiero contar.

**¿Qué giros puede tomar este dilema de acuerdo a la influencia que la religión sigue teniendo en muchos sectores, y qué precauciones se deben tomar al respecto?**

-Sin duda que va a continuar esto, porque frente a la evidencia abrumadora en favor de la ciencia como motor del desarrollo, sigue habiendo una proporción altísima de la población que es creyente y religiosa, y claramente esto no va a cambiar en el curso de décadas ni de siglos. Sí me parece que tenemos que entender que los magisterios de la ciencia y de la religión no van por el mismo carril. Una cosa es que se miren amigablemente y se hagan preguntas, pero no se pueden poner en el mismo lugar. Me parece que tenemos una gran responsabilidad desde el sistema educativo de separar esto, aunque sin ir en contra de las creencias individuales de la gente. ☺