

## El argentino Tristan Bekinschtein abrió el ciclo de exposiciones: **Neurocientífico desentrañó los misterios de la conciencia humana**

Según explicó, en la fase REM se logra un estado de conciencia único en el que pese a estar dormidos, la mente crea "películas": los sueños.

JANINA MARCANO

En una sala llena, con un público expectante por el inicio del Congreso Futuro 2025, el destacado neurocientífico argentino Tristan Bekinschtein abrió ayer el ciclo de exposiciones del primer día del evento.

"Estoy enormemente feliz y honrado de estar acá. Me parece que el Congreso Futuro es una oportunidad increíble a nivel mundial", comenzó Bekinschtein, destacando la singularidad de un evento científico creado por legisladores.

Especializado en la investigación sobre la conciencia, el sueño y la neuroplasticidad, Bekins-

chtein es profesor en la Universidad de Cambridge (Reino Unido) y su trabajo explora los mecanismos cerebrales que subyacen a los estados de conciencia y la percepción.

Durante su charla "Un viaje entre el sueño y las realidades", el investigador explicó que la conciencia se compone de los contenidos de la mente.

Y planteó preguntas al público: "¿Qué somos si no podemos pensar? Si estamos inconscientes, ¿no somos nosotros temporalmente?".

Para demostrar cómo el cerebro genera contenidos, propuso imaginar un perro poodle. "Pueden verlo en su mente con dife-

rente grado de detalle. Eso es un contenido consciente generado internamente", explicó.

Bekinschtein también habló sobre una condición conocida como "afantasia", donde las personas no pueden crear fantasías o imágenes mentales.

A modo de ejemplo, compartió un caso curioso: "Un fantástico le dijo a su médico que podía ver las 'películas' (imágenes) de su mente solo cuando soñaba, pero no cuando estaba despierto. ¿Cómo hacen estas personas para recordar a un ser querido?".

Sobre los sueños, Bekinschtein dijo: "Cuando nos vamos quedando dormidos, perdemos la conciencia en términos de niveles,

pero en el sueño REM aparecen los sueños: una película en nuestra mente", señalando que se trata de un estado de conciencia único.

Sobre por qué soñamos, el neurocientífico explicó a "El Mercurio" varias hipótesis sobre su función, como la idea de que sirven para "ensayar escenarios". Bekinschtein señaló: "Es como una película que genera escenarios que entrenan el cerebro para eventualidades, pero esta hipótesis es difícil de probar", reconoció.

Otra teoría sugiere que soñar es un efecto del proceso de reorganización del cerebro durante el sueño. "Es como cuando el personal de limpieza ordena la oficina después de un día caótico". El inves-



**Los estudios de Tristan Bekinschtein** han contribuido a entender cómo el cerebro procesa información durante el sueño y los estados de vigilia. En la foto, ayer durante su charla el primer día de Congreso Futuro 2025.

tigador también habló sobre estados alterados de conciencia inducidos por sustancias psicodélicas, hipnosis o meditación. Según Bekinschtein, en los estudios se ve que estos estados muestran patrones cerebrales más desordenados, reflejo de mayor complejidad en los contenidos mentales. El

neurocientífico subrayó que estos estados alterados pueden transformar la percepción de uno mismo y del mundo. "Las mismas fibras que definen quién sos pueden cambiar por esto" aseguró, refiriéndose a cómo estas experiencias pueden modificar creencias y relaciones personales.