

consiente la mente



¿Puedes enseñarle a la mente a no ver algo? El reto de hoy —la prueba de Stroop— le hace una trampita a la mente. Aunque quizás tú no caigas en la trampa.

Esto es lo que necesitas.

- 2 cuadrículas de 4x4 (copia el modelo de la Fig. 1)
- Crayones, bolígrafos o marcadores de al menos cuatro colores
- Regla
- Cronómetro o reloj

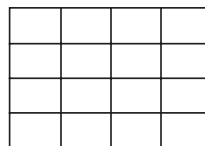


Figura 1. La cuadrícula consta de 16 casillas dibujadas en una hoja de papel.

Parte 1: colores que corresponden

- 1 Rellena la cuadrícula.** Usa un marcador para poner el nombre de su color en una de las casillas. Por ejemplo, si usas el marcador rojo, escribes la palabra *ROJO* en una de las casillas. Rellena todas las casillas así, usando por lo menos cuatro colores diferentes.
- 2 Jugamos.** Una persona se encarga del reloj y otra de leer. Cuando la persona del reloj dice “¡Ya!”, el lector lee en voz alta la palabra en cada casilla. Si el lector se equivoca, vuelve a leer la palabra. En el cuadro de abajo se anotan los segundos que se necesitan para leer todos bien.
- 3 Repitan el juego.** Cambien de papeles y repitan el Paso 2.

	Lector 1	Lector 2
Tiempo en la Parte 1		
Predicción para la Parte 2		
Tiempo en la Parte 2		

Parte 2: colores que no corresponden

- 4 Rellena la otra cuadrícula.** Esta vez, pon el nombre de un color que no corresponda al color de la tinta. O sea, con el marcador rojo escribes *AZUL*, *VERDE* o *AMARILLO*, etc. Rellena todas las casillas así, usando por lo menos cuatro colores diferentes.
- 5 Haz una predicción.** ¿Cuánto tiempo te tomará decir los colores de la tinta en lugar de leer las palabras? Anota tu predicción en el cuadro de abajo.
- 6 Repitan el juego.** Se juega tal como se explica en el Paso 2. Pero esta vez, el lector dice el *color de la tinta* que se usó en cada casilla. Por ejemplo, si en la casilla figura la palabra *AZUL* y usó el marcador rojo, el lector diría “*ROJO*”. Anota cuánto tiempo le toma al lector leer bien los 16 *colores*. Cambien de papeles y jueguen otra vez.

Másticalo bien

En la Parte 2, los ojos le envían dos señales al cerebro: las palabras y el color de la tinta. Para casi todos, la lectura es algo muy automático. Pero nombrar los colores no lo es. Al nombrar el color, la mente tiene que hacer caso omiso de su primera reacción: leer lo que está escrito... y eso precisa mucho esfuerzo mental. De hecho, cuando algo precisa mucha concentración (como pasa en la prueba de Stroop), el cerebro tiende a cansarse y es difícil seguir concentrado. ¿Quisieras mejorar? Los científicos dicen que conviene reposar la mente un poco antes de repetir la prueba. Salir a dar una caminata breve es una buena manera de darle un descanso a las partes del cerebro que se usan para concentrarse.

Escarbemos

- * ¿Qué es mejor: practicar y practicar hasta perfeccionarlo todo o hacer una pausa para descansar? ¿O quizás al hacer **AMBAS** cosas se obtengan los mejores resultados? Inténtalo de ambas maneras para ver con cuál método mejoras más tu tiempo.
- * Haz las pruebas a diferentes horas del día, cuando las personas tiendan a estar más despiertas... o más cansadas.
- * ¿Y si les es difícil leer las palabras? Repitan la Parte 2, pero esta vez poniendo la cuadrícula con las palabras patas arriba.
- * ¿Es más fácil si las palabras no son colores? Haz otra cuadrícula y usa otras palabras, que no sean colores, digamos, "carro" o "taza".
- * ¿Te gustan los rompesesos? Acepta el reto *Reaction Time* en la sede de ZOOM en Internet, en pbskids.org/zoom/activities.



Veamos FETCH! en PBS KIDS GO! (consulta el horario local). Visita la sede de FETCH! en pbskidsgo.org/fetch.

Como les contaba, tengo un cerebro increíble. Ay, ¿qué huelo? ¿Llegó la comida china que pedí a domicilio? ¿Dónde habré dejado los palitos para comer? Huy, perdón. ¿De qué hablábamos?



greendog

© 2007 WGBH Educational Foundation. Derechos reservados. FETCH!, los personajes y sus indicativos son marcas registradas de la WGBH Educational Foundation. FETCH! es una producción de WGBH Boston. La producción de FETCH! es financiada en gran parte por la National Science Foundation y los televidentes de la televisión pública. Los fondos empresariales provienen de Arby's y Greendog®. Los materiales de este número de FETCH! se basan en trabajos que apoyó la National Science Foundation con la subvención N°. 0610406. Toda opinión, hallazgo y conclusión o recomendación que se expresen en este material son expresiones del autor o autores, y no necesariamente reflejan los puntos de vista de la National Science Foundation. Todas las marcas de terceros son de propiedad de sus respectivos dueños. Se usan con la debida autorización.

Doblar

Fetch!

consiente la mente

Primicia: ¡Tengo un cerebro increíble! No. No es necesario hacérmelo examinar. ¡Créeme! Puedo identificar 47 olores diferentes a 100 yardas de distancia. Con los ojos cerrados. ¡Ay, mira! ¡Una ardilla! Perdón, me distraje. Quizás me puedas enseñar a concentrarme mejor.

vamos FETCH!

