



El estudio ha sido desarrollado por investigadores de tres universidades.
ALEX PÉREZ

La lengua contra el miedo

► Un estudio muestra la importancia del uso del idioma materno o extranjero como futura terapia psicológica

LABORATORIO De Ideas

LEVANTE DE CASTELLÓ CASTELLÓ

Un estudio de un consorcio de investigadores de varias instituciones realizado en la Universitat Jaume I concluye que la respuesta psicofísica al miedo varía en función de si la adquisición de ese miedo viene enmarcada en un contexto de lengua materna o de lengua extranjera. La investigación ha sido publicada en la revista Scientific Reports y abre las puertas al trabajo en lenguas extranjeras en terapias psicológicas.

La adquisición del miedo ha sido estudiada durante años dada su importancia en el campo de la ciencia cognitiva y la psicología clínica. Un estudio desarrollado por investigadores de la Universitat Jaume I (Azucena García Palacios), la Universitat Pompeu Fabra (Albert Costa) y la Universidad Nebrija (Jon Andoni Duñabeitia) que ha sido publicado recientemente en la revista Scientific Reports del grupo Nature concluye que la adquisición del miedo puede verse directamente afectada por el contexto lingüístico.

Este consorcio de científicos ha comprobado que dos de las medidas psicofisiológicas más indicativas de la respuesta al miedo -la dilatación de las pupilas y la sudoración de la piel- mostraban un efecto de condicionamiento al miedo menor cuando los participantes se encontraban en un contexto lingüístico

en el que la lengua imperante era la lengua extranjera.

El condicionamiento al miedo es uno de los paradigmas con mayores implicaciones en el campo de psicología, consistente en asociar un estímulo inicialmente neutro (por ejemplo, ver un objeto de un color determinado) a un estímulo claramente aversivo (por ejemplo, recibir una descarga eléctrica).

De esta manera y mediante la exposición repetida a ambos estímulos, el estímulo neutro pasa a ser un estímulo condicionado y las personas acaban desarrollando y mostrando miedo ante su sola presencia. No es necesario experimentar en carne propia la descarga eléctrica, es decir, el impacto del estímulo aversivo, para quedar condicionado, sino que basta con que a uno le expresen verbalmente que este puede tener lugar para mostrar una respuesta de miedo al estímulo condicionado.

El estudio investigó si la lengua en la que se realiza el experimento (nativa o extranjera; español o inglés,

en este estudio) modulaba la respuesta automática de las personas ante el estímulo condicionado. Para ello, se pedía a las personas que contarán hacia atrás mientras se les mostraban cuadros de dos colores. Los participantes creían que solamente ante

la presencia de los cuadros de un color concreto podrían recibir pequeñas descargas eléctricas a través de un dispositivo que se les había colocado. Mientras que la mitad de los participantes completaron el protocolo en su lengua nativa (español), la otra mitad lo hizo en una lengua extranjera en la que tenían un buen nivel (inglés).

Los investigadores recogieron mediante un aparato de registro de movimientos oculares la dilatación de las pupilas ante los estímulos condicionados y no condicionados (los cuadros de co-

lores), y también registraron la respuesta galvánica mediante un sistema para medir la conductancia de la piel, índices ambos muy fiables del condicionamiento al miedo.

Los resultados indicaron que las personas que completaron el estudio en una lengua extranjera mostraron un efecto significativamente menor de condicionamiento al miedo que las personas que completaron el estudio en su lengua materna. La magnitud de los efectos de dilatación de las pupilas y de sudoración de la piel ante los estímulos condicionados en relación a los no condicionados fue mayor en el contexto de lengua materna que en el contexto de lengua extranjera. Para Jon Andoni Duñabeitia, «la reactividad emocional es menor en una lengua extranjera, y esto nos hace distanciarnos con mayor facilidad de situaciones cargadas de contenido emocional cuando la lengua predominante es la extranjera».

«Ahora estamos más cerca de entender cómo la intensidad con la que experimentamos emociones puede verse afectada por la lengua en la que interactuamos», afirma Albert Costa, quien considera que estos resultados «pueden tener implicaciones para terapias psicológicas en las que los pacientes tengan problemas para expresar su experiencia ante traumas». Los investigadores están ya trabajando en estudios que pretenden aportar evidencia a favor del uso de lenguas extranjeras como terapia.

FUTURAS INVESTIGACIONES Cambio terapéutico

► En un futuro cercano, el conocimiento de esta interacción entre el contexto lingüístico y la reactividad emocional ante situaciones muy intensas podrá ayudar a mejorar algunas terapias, convirtiendo la lengua en una herramienta al servicio de los psicólogos y psiquiatras. Así, uno de los próximos pasos será comprobar la efectividad del uso de las lenguas extranjeras en situaciones de conflicto manifiesto entre las personas, y terapias orientadas a la extinción de posibles temores.