

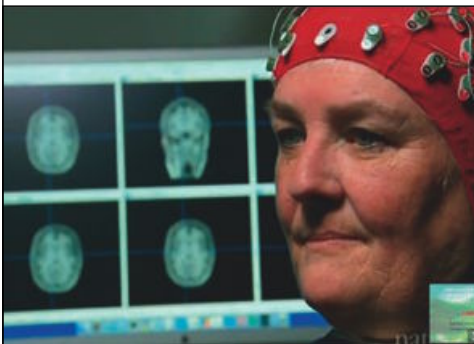
por **María Lorente**

ENTREVISTA

Tecnologías terapéuticas

VIDEOJUEGOS Y ENVEJECIMIENTO CEREBRAL

NeuroRacer es un videojuego diseñado por neurocientíficos que podría ayudar a agudizar y mantener las habilidades mentales que se pierden poco a poco al envejecer. La clave de su beneficio reside en el hecho de que los jugadores deben realizar al mismo tiempo múltiples tareas que requieren atención. Sus creadores, unos investigadores de la Universidad de California en San Francisco (EE.UU.), afirman que este videojuego podría no solo detener los déficits mentales que se producen con el envejecimiento, sino también contribuir al diagnóstico y el tratamiento de los problemas mentales.



LA RECOMPENSA DE FACEBOOK

Después de recibir comentarios sociales positivos en *Facebook* la actividad en el núcleo accumbens, el centro de recompensa del cerebro, es más alta. "Nuestros hallazgos, que relacionan el uso de las redes sociales con la respuesta individual del sistema de recompensa del cerebro, podrían también ser relevantes para la investigación futura tanto en materia de educación como en la clínica", señala **Dar Meshi**, investigador de la Universidad Freire de Berlín (Alemania) y autor de este estudio.



Un curso de felicidad... ...impartido por Ricardo Eiriz

Ricardo Eiriz era un directivo que decidió hacer un alto en su camino para transformarse en un profesional de la felicidad. En su libro *Un curso de felicidad* enseña a obtener un estado completo de felicidad y mucho más...

"En el año 2009 tomé la decisión de cambiar mi vida y ser feliz". Este firme propósito es el que llevó a **Ricardo Eiriz**, un alto directivo del mundo empresarial, a convertirse en

un verdadero profesional de la felicidad. A través de unos sencillos y prácticos ejercicios, en su libro *Un curso de felicidad* nos inicia en un proceso de transformación interior que nos hará avanzar hacia nues-

tro propio equilibrio y a encontrar la verdadera felicidad. **–En su libro acuña la definición que hace el Dalai Lama de la felicidad, pero ¿qué es para usted la felicidad?**
–La felicidad es un hábito,

Todo corazón

ENCÍAS SANAS...

...corazón sano. Mantener una buena salud de las encías reduce la proporción de bacterias vinculadas a la infección de estas y, en consecuencia, disminuye la acumulación de placa en las arterias del cuello, conocida como aterosclerosis, un importante factor de riesgo de las enfermedades cardíacas y el accidente cerebrovascular.

VACUNAS Y DOLENCIAS CARDIACAS

La revista *Journal of the American Medical Association* ha publicado un estudio, realizado por la Universidad de Toronto (Canadá), que vincula las vacunas contra la gripe con una incidencia más baja de enfermedades cardíacas, como insuficiencia cardíaca o ataque cardíaco.

