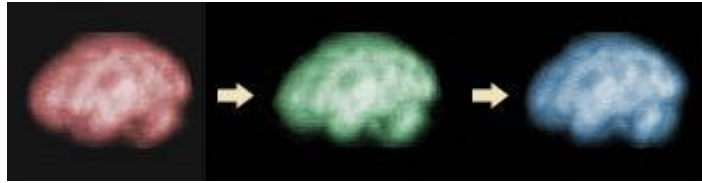


# Cerebro Triuno



Fundido en una sola estructura, nuestro sistema nervioso central alberga **tres cerebros**. Por orden de aparición en la historia evolutiva, esos cerebros son: primero el **reptiliano** (reptiles), a continuación el **límbico** (mamíferos primitivos) y por último el **neocórtex** (mamíferos evolucionados o superiores).

## Paleoencéfalo

La parte de nuestro cerebro que es más primitiva es el hoy llamado cerebro básico, instintivo, reptiliano o paleoencéfalo. Esta parte del cerebro está formada por los ganglios basales, el tallo cerebral y el sistema reticular. Es esa parte en la que estoy mientras me ocupo de cosas puntuales: fregar, lavar o coser.

Alojado en el tronco cerebral, es la parte más antigua del cerebro y se desarrolló hace unos 500 millones de años. Se encuentra presente primordialmente en los reptiles. Los reptiles son las especies animales con el menor desarrollo del cerebro. El suyo, está diseñado para manejar la supervivencia desde un sistema binario: huir o pelear, con muy poco o ningún proceso sentimental. Tiene un papel muy importante en el control de la vida instintiva. Se encarga de autorregular el organismo. En consecuencia, este cerebro no está en capacidad de pensar, ni de sentir; su función es la de **actuar**, cuando el estado del organismo así lo demanda.

El complejo reptiliano, en los seres humanos, incluye conductas que se asemejan a los rituales animales como el anidarse o aparearse. La conducta animal e instintiva está en gran medida controlada por esta área del cerebro. Se trata de un tipo de conducta instintiva programada y poderosa y, por lo tanto, es muy resistente al cambio. Es el impulso por la supervivencia: comer, beber, temperatura corporal, sexo, territorialidad, necesidad de cobijo, de protección... Es un cerebro funcional, territorial, responsable de conservar la vida y el que es capaz de cometer las mayores atrocidades.

***Nos sitúa en el puro presente, sin pasado y sin futuro y por tanto es incapaz de aprender o anticipar. No piensa ni siente emociones, es pura impulsividad.***

En el cerebro reptiliano se procesan las experiencias primarias, no verbales, de aceptación o rechazo. Aquí se organizan y procesan las funciones que tienen que ver con el **hacer** y el **actuar**, lo cual incluye: las rutinas, los hábitos, la territorialidad, el espacio vital, condicionamiento, adicciones, rituales, ritmos, imitaciones, inhibiciones y seguridad. Es el responsable de la conducta automática o programada, tales como las que se refieren a la preservación de la especie y a los cambios fisiológicos necesarios para la sobrevivencia. En síntesis: **este cerebro se caracteriza por la acción**.

El Sistema Básico o reptiliano controla la respiración, el ritmo cardíaco, la presión sanguínea e incluso colabora en la continua expansión-contracción de nuestros músculos. Este primer cerebro es sobre todo como un guardián de la vida, pues en él están los mayores sentidos de **supervivencia** y lucha y además por su interrelación con los poros de la piel, los cuales son como una especie de interfase que poseemos con el mundo externo, este primer cerebro es nuestro **agente avisador de peligros** para el cuerpo en general.

Permite con rapidez la **adaptación** por medio de respuestas elementales poco complicadas emocional o intelectualmente. Esta conducta no está primariamente basada en consideraciones basadas en las experiencias previas ni en los efectos a medio o largo plazo. Las conductas de las personas calificadas

como de **psicópatas** (carecen de sentimientos de culpa) y de paranoicos se ajustan a este patrón de conducta. En la psicopatía se juega el papel de depredador y en la paranoia el de presa.

Es en este primer cerebro donde las **adicciones** son muy poderosas, tanto a algo como a alguien o a una forma de actuar.

Por decirlo de alguna forma rápida en este primer cerebro es una herencia de los períodos cavernarios, donde la supervivencia era lo esencial.

El paleoencéfalo o cerebro reptil sustenta una parte de la mente inconsciente, o subconsciente, donde se graba, se aloja y se desarrolla el **Trauma Psicológico**, aquello que determina la mayoría de miedos y fobias que conforman la mente reactiva, la cual, en algunas ocasiones, lleva al ser humano a comportarse como un animal salvaje.

Este primer cerebro, es el que permite el movimiento de **actuar y hacer**.

Su carácter más específico desde el punto de vista temporal es su **adecuación al presente**.

Es el almacén de las limitaciones conformadas como: **miedo**

**Y desde la psicopatología, este es el cerebro que da origen a la Tríada del Instinto.**

## Mesoencéfalo

Este cerebro se empieza a desarrollar incipientemente en las aves y totalmente en los mamíferos. El mesoencéfalo o cerebro mamífero, dotado de un sistema límbico, físicamente ubicado encima del reptil permite al mamífero un desarrollo **sentimental** que opera, fundamentalmente, desde la estructura conocida como la Amígdala, y es ello lo que les permite establecer relaciones de mayor fidelidad que los reptiles.

El Sistema Límbico está asociado a la capacidad de **sentir y desear**. Está constituido por seis estructuras: el tálamo (placer-dolor), la amígdala (nutrición, oralidad, protección, hostilidad), el hipotálamo (cuidado de los otros, características de los mamíferos), los bulbos olfatorios, la región septal (sexualidad) y el hipocampo (memoria de largo plazo). En estas zonas están las glándulas endocrinas más importantes para el ser humano: pineal y pituitaria. En este sistema se dan procesos emocionales y estados de calidez, amor, gozo, depresión, odio, etc., y procesos que tienen que ver con nuestras **motivaciones básicas**.

Esta parte es capaz de poner el **pasado** en el presente (presente + pasado) y por tanto se produce aprendizaje y se activa cuando nos **emocionamos**. Facilita la calidad de vida que da la calidez en las relaciones humanas. Es razonable pensar que el desarrollo de la **memoria** se asocia a **momentos emocionalmente intensos**, como la muerte de los seres queridos. La aparición de enterramientos en nuestros antepasados implica una consideración por el pasado. Muestra una capacidad de trascender el imperativo del presente dando respeto al pasado.

*La parte oscura del avance aparece cuando el **exceso del peso del pasado** puede facilitar las exageraciones emocionales llamadas **neurosis**.*

En éste reside la sede de todas las fuerzas emotivas que darán lugar a todos tus **deseos y sentimientos** y es en él donde subyacen las inteligencias de **capacidad de dejarnos afectar por algo o alguien**. Proporciona el afecto que los mamíferos necesitan para sobrevivir, por tanto se introducen los **sentimientos**: Dar o recibir afecto, recibir atención, consideración, escucha, Compasión, ternura,

empatía.

En este segundo cerebro existe la capacidad de sentir, pues de los tres es el que más se deja afectar por los demás y por el entorno, por ello quienes más tienen este segundo cerebro enfermo son todas aquellas personas **incapaces de dejarse afectar** por el entorno, así como también quienes se **afectan demasiado**. La realidad que percibimos a través de la nariz, la boca y los genitales se relaciona estrechamente con este segundo cerebro.

Su función principal es la de **controlar la vida emotiva**, lo cual incluye los sentimientos, la regulación endocrina, el dolor y el placer. Puede ser considerado como el cerebro afectivo, el que energiza la conducta para el logro de las metas -motivación-. El desbalance de dicho sistema conduce a **estados agresivos, depresiones severas y pérdida de la memoria**, entre otras enfermedades.

Este *segundo* cerebro, es el que permite **sentir**.

Su carácter más específico desde el punto de vista temporal es la capacidad de poner el **pasado** en el presente (aprender, memoria)

Es el almacén de las limitaciones conformadas como: **sufrimiento**

**Este cerebro da origen a la Tríada del Sentimiento.**

## Telencéfalo

Los mamíferos modernos, los primates, y algunos cetáceos tienen un cerebro mucho más desarrollado que los mamíferos primitivos, por lo cual, además de los sentimientos, manejan un proceso de mayor **entendimiento**, que está directamente relacionado con el desarrollo de la corteza cerebral (telencéfalo o cerebro neo-mamífero), donde se encuentra uno de los mayores desarrollos del cerebro dentro de la escala animal. La ciencia ha demostrado la relación directa entre el desarrollo de la corteza cerebral y el **desarrollo social**. Hay en los primates una correspondencia directa entre los dos aspectos, de manera tal que a mayor desarrollo de la corteza cerebral en las especies de primates, mayor desarrollo social: **sociedades más complejas y organizadas**.

Los Humanos poseen un cerebro mucho más especializado que los primates, por lo cual, además de sentimientos, manejan un **proceso racional de entendimiento y de ANÁLISIS**, ampliamente superior al de todos los demás mamíferos, directamente relacionado con las partes más especializadas del telencéfalo, específicamente su región frontal, que les permite adquirir conocimientos, desarrollar sociedades, culturas, tecnologías y lo más importante: **comprender las leyes que rigen el universo**.

El Sistema Neocortical es el lugar donde se llevan a efecto los **procesos intelectuales superiores**. Está estructurado por el hemisferio izquierdo y el hemisferio derecho. El hemisferio izquierdo está asociado a procesos de razonamiento lógico, funciones de análisis, síntesis y descomposición de un todo en sus partes. El hemisferio derecho, en el cual se dan procesos asociativos, imaginativos y creativos, se asocia con la posibilidad de ver globalidades y establecer relaciones espaciales.

La neocorteza se convierte en el foco principal de atención en las lecciones que requieren **generación o resolución** de problemas, **análisis y síntesis** de información, del **uso del razonamiento analógico y del pensamiento crítico y creativo**.

Las dos características básicas de la neocorteza son:

(a) La "**visión**", la cual se refiere al sentido de globalidad, síntesis e integración con que actúa el

hemisferio derecho.

(b) El **análisis**, que se refiere al estilo de procesamiento del hemisferio izquierdo, el cual hace énfasis en la relación parte-todo, la lógica, la relación causa-efecto, el razonamiento hipotético y en la precisión y exactitud.

La neocorteza representa la **adquisición de conciencia** y se desarrolló a través de la práctica del lenguaje. La **voluntad consciente**. Las tareas no sensoriales se realizan en los lóbulos frontales. La aparición de los calendarios implica que los seres humanos comenzaron a desarrollar progresivamente la capacidad de **anticipar, planificar y visualizar**, de poner el **futuro** posible en el presente.

Mientras que los animales, sobre todo los mamíferos son capaces de desarrollar emociones y aprender, la **capacidad de poner el futuro en el presente** (presente + pasado + futuro), de formas muy elaboradas resulta específicamente humana. Esta posibilidad hace viable la aparición de lo que se ha llamado locura por excelencia.

*En las **psicosis** se toma por real lo que no está en el presente, de modo irreducible y sin distanciamiento.*

Este tercer cerebro, es el que permite el **razonamiento**.

Su carácter más específico desde el punto de vista temporal es la capacidad de anticipar, de poner el **futuro** posible en el presente.

Es el almacén de las limitaciones conformadas como: **estrés**

**Este cerebro da origen a la Tríada del Pensamiento.**

**La fuente para la elaboración de este artículo proviene de:**

**Trascendiendo Las Limitaciones**, Gerardo Schmedling Torres

**Teoría del Cerebro Triuno** de Paúl MacLean

**Taller Psicoterapia Asistida con Animales**, Psic. Isabel Salama Falabella

Lara Rivera Ahimsa. **El Ojo De La Sarmouni**. Editorial Obelisco España 2001