

LA MEMORIA PRIMING

QUÉ ES Y POR QUÉ DEBEMOS CONOCER SU FUNCIONAMIENTO

Autor: Néstor Braidot

Especialista en neurociencias aplicadas al desarrollo de organizaciones y personas

La memoria priming se relaciona con la mayor sensibilidad que tenemos ante determinados estímulos, por ejemplo, lo que evoca una palabra, una imagen, un sonido, un aroma, debido a conocimientos y experiencias previas. Está relacionada con la **memoria implícita** e influye en la interpretación de los hechos, en la conducta y en la realización de determinadas tareas desde las profundidades de la mente, esto es, sin que seamos conscientes de lo que está ocurriendo.

Este tipo de memoria ayuda a comprender por qué algunas palabras tienen tanto poder, tanto las que decimos nosotros como las que escuchamos, y aquí me permito utilizar un ejemplo personal. Para muchos, España puede ser el nombre de una nación ubicada en Europa. Para mí tiene una enorme cantidad de connotaciones: es el país donde tuve experiencias académicas inolvidables, donde viven dos de las personas que más amo en este mundo: mi hija Natalia y mi nieta Milena, donde resido durante la mayor parte del año y comparto momentos felices y enriquecedores con varios de mis mejores amigos.

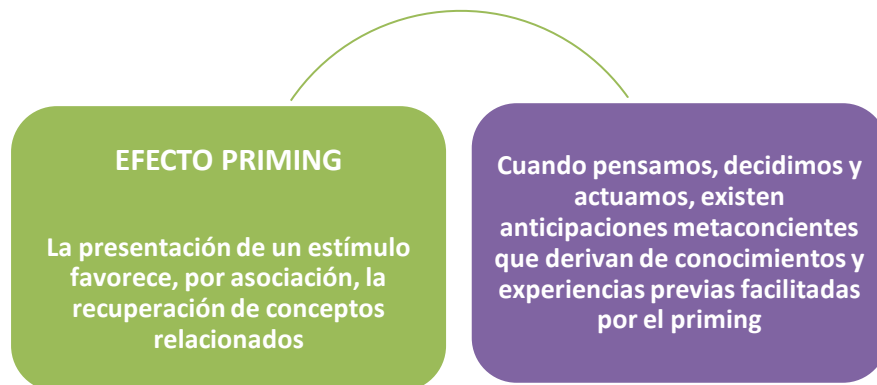
En Milena, el efecto priming se revelará con mayores evidencias apenas comience su educación formal y su maestra escriba y pronuncie la letra "E". Lo más probable, si piensa en un animal, es que evoque un elefante. Otros términos, como estornino, erizo, esponja o escorpión quizás aparecerán después, dado que la mayoría de los niños adoran a los elefantes, los ven seguido en sus libros y programas de TV, y los pintan o dibujan con cierta frecuencia.

Como vemos:



En el ámbito de la psicología y las neurociencias, uno de los experimentos que más se utiliza para explicar el poder de las palabras y el efecto priming es del de John A. Bargh, realizado en en 1966¹.

Este experimento consistió en darle a dos grupos de personas unas tarjetas que contenían palabras para que formaran frases. Los participantes de uno de esos grupos recibieron sólo palabras relacionadas con la vejez. Al terminar la prueba, se observó que sus integrantes caminaban más lentamente en comparación con los demás. Este experimento revela no sólo lo que connotan determinadas palabras y su enorme influencia en el estado de ánimo y la conducta, también nos ayuda a comprender mejor lo siguiente:



¹ John A. Bargh *Automaticity of social behavior: Direct effects of trait construct and stereotype activation on action.* <https://www.psychologytoday.com/files/attachments/5089/barghchenburrows1996.pdf>

Sin duda, el efecto priming está presente en cada momento de nuestras vidas. Por ejemplo, cuando en mis clases pregunto qué evoca el término "Pringles", casi nunca escucho palabras como "calle", "sogas y redes", "ciudad", "hotel"². Casi todos evocan las clásicas papas fritas, el envase de cartón en forma de tubo o el hombrecito con grandes cejas. Otros van más allá y se acuerdan del Fredric Baur, un fanático cuyo último deseo fue que sus cenizas no se guardaran en una urna, sino en un tubo de papas Pringles.

Por ello, la publicidad utiliza la repetición en forma recurrente y el priming para activar la memoria a través de pistas, por ejemplo, para que la gente relacione positivamente un conjunto de atributos con determinadas marcas, como Huggies con máxima absorción, Axe con masculinidad, Dove con suavidad, Nike con Rafael Nadal, etc.

En todo programa de entrenamiento cerebral hacemos exactamente lo mismo, porque activar la memoria mediante una imagen, un sonido o una pista contribuye no sólo a mejorar el priming, sino también a desarrollar el potencial de fluidez semántica.

En términos de Schacter, (1995), ***el efecto priming refiere a la influencia que tiene un estímulo en el rendimiento subsiguiente del sistema de procesamiento.***

Esto contribuye a explicar por qué es tan importante el entrenamiento.

² Hay productos, ciudades, hoteles y restaurantes con el nombre Pringles.

Sobre el autor

Investigador, escritor, académico y conferenciante, Néstor Braidot es considerado uno de los principales expertos en la aplicación de las neurociencias al desarrollo organizaciones y personas a nivel internacional.

Escribió numerosas obras sobre el funcionamiento del cerebro y los beneficios de implementar estos conocimientos, sentando las bases para el desarrollo de disciplinas de avanzada, entre ellas, Neuromanagement, Neuroliderazgo, Neuromarketing, Neuroaprendizaje y Neuroventas.

En 2010 creó una escuela de pensamiento con un enfoque multidisciplinario de las ciencias, así como las metodologías para su aplicación. Paralelamente, desarrolló un método de entrenamiento cerebral para altos ejecutivos, profesionales y estudiantes avanzados que se aplica en varios países del mundo.

Durante su trayectoria obtuvo importantes reconocimientos en países donde ha sido catedrático y hoy dicta conferencias, cursos y talleres, entre ellos, España, Suecia, Australia, Holanda, Alemania, Argentina, Francia, India, Colombia, Brasil, Italia, Costa Rica, Estados Unidos, Guatemala, Nicaragua, México, El Salvador, Panamá, Ecuador, Chile, Bolivia, Perú, Rep. Dominicana, Paraguay.

Esta trayectoria está avalada por una sólida formación: es Doctor en Ciencias, Máster en Psicobiología del Comportamiento y en Neurociencias Cognitivas, Máster en Economía, Licenciado en Administración de Empresas, Contador Público, Licenciado en Cooperativismo, Practitioner y Máster en Programación Neurolingüística, posgraduado en Psiconeuroinmunoendocrinología y Trainer en rediseño conductual.

Como catedrático y profesor invitado, se desempeñó en universidades de alto prestigio internacional, entre ellas: Universidad de Salamanca (España), Universidad de Economía de Viena (Austria), Universidad de León (España), Uppsala University (Suecia), CESA (Colombia), UNIBE (R. Dominicana), Lyon Graduate School of Business (Francia), Universidad de Santiago de Compostela, Universidad de León, Universidad de Oviedo y Universidad Autónoma de Madrid (España), Université Catholique de Louvain, Louvain-La-Neuve (Bélgica), Università Bocconi (Italia) y Université de Geneve (Suiza).

Es Director de carreras en el nivel de doctorados y másters en universidades e instituciones de alto prestigio, y del Instituto Braidot de Formación, organización que cuenta con su propio Centro de Entrenamiento Cerebral.