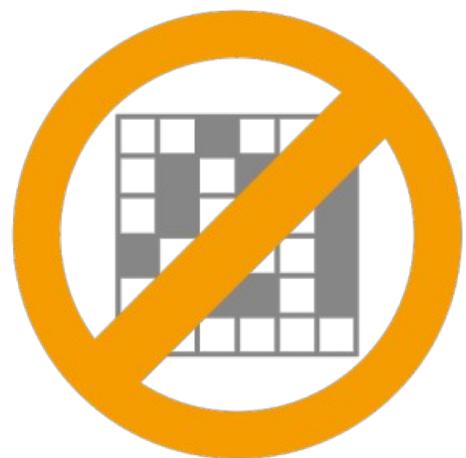


Olvida el Sudoku, los Crucigramas y Luminosity. ¡Mejor aprende un idioma!

Por [John Fotheringham](#)

Artículo original: [Forget Sudoku, Crosswords & Luminosity; Learn a Language Instead!](#)

Conozco a muchas personas que gastan horas cada semana resolviendo cuadros de *sudoku* (数独 すうどく), crucigramas, o aplicaciones para entrenar el cerebro como Luminosity. No hay duda de que algunas personas genuinamente disfrutan de estas actividades, haciéndolas por puro entretenimiento pensando poco sobre (o sin pensar en absoluto sobre) sus supuestos "beneficios cerebrales".



Sin embargo, sospecho que la gran mayoría de gente se fuerzan a completar estos rompecabezas porque quieren mantener joven su cerebro, prevenir enfermedades neuro-degenerativas, y mejorar su poder cognitivo.

La ciencia si parece soportar la noción de que hacer tareas mentales difíciles puede ayudar a cambiar como está programado nuestro cerebro e incrementar la "neuro-génesis" (también conocida como la "plasticidad cerebral"). Sin embargo, como adicto a los idiomas me siento forzado a preguntar la pregunta obvia:

Dado todo el tiempo y energía que uno gasta tratando de resolver esos rompecabezas, *¿por qué no mejor aprender un idioma en su lugar?*

Aún no he encontrado ningún estudio que soporte esto (si has encontrado uno, ¡por favor mándamelo!), pero tengo la hipótesis de que aprender idiomas tiene un impacto en la plasticidad del cerebro mucho más grande que resolver rompecabezas matemáticos o de vocabulario.

Piénsalo: Resolver un rompecabezas de sudoku solo requiere input sensorial de los ojos, adición básica y movimiento de la mano para escribir los números. Hablar un idioma con otro ser humano es una habilidad "bio-psico-social" mucho más compleja que requiere:

- El uso de sentidos múltiples, incluyendo vista, sonido y movimiento físico (como gestos con las manos y lenguaje corporal).
- El registro de cambios sutiles en el tono, velocidad, volumen y lenguaje corporal.
- El discernimiento y producción de señales auditivas exactas.
- El procesamiento de sintaxis compleja y la producción de oraciones gramaticalmente correctas.

Tal vez más importante que los posibles beneficios neuronales son las muchas ventajas prácticas ofrecidas por los idiomas extranjeros por encima de los rompecabezas y aplicaciones de entrenamiento. Por ejemplo, cuando tu resuelves un crucigrama, todo lo que ganas al final es algo de satisfacción temporal y un trozo de papel sin valor. Por otra parte, aprender a entender y hablar un idioma extranjero te permite:

- *Conocer más a fondo la cultura, psicología, arte, historia, deportes, cocinas, etc. de tierras exóticas.* Si, puedes leer sobre la historia y filosofía del *aikido* (合気道 あいきどう) en español o inglés, pero obtendrás mucho más aprendiendo "La Forma de Unificar la Energía de Vida" *en japonés.*

- *Disfruta más de tus viajes.* Tu libro guía de Lonely Planet puede que te ayude a evitar estafas comunes o a escoger un hostel, pero tener fluidez conversacional en el idioma local te permite ir más lejos del camino que todos siguen, evitar las burbujas de inmigrantes, encontrar gemas locales, e interactuar con los lugareños.
- *Viaja más barato.* Usualmente hay tres precios para las cosas: 1) el precio para el extranjero monolingüe (\$\$\$). 2) el precio para el extranjero bilingüe (\$\$), y 3) el precio para el lugareño (\$). Aunque a lo mejor nunca lograrás hacerte pasar por una lugareña o lugareño de verdad (ya sea desde la perspectiva étnica o lingüística), por o menos puedes acercarte lo suficiente como para obtener ahorros significativos.

Puede que esté equivocado, pero no creo que el sudoku, los crucigramas o Luminosity te den ninguna de estas ventajas... :)

Vuélvete miembro de Language Mastery

Recibe 12 guías gratis en PDF, incluyendo mi Guía de Inicio Rápido, mis guías de 1-página para japonés, chino, francés, alemán, portugués, ruso y más. Nada de spam. Nada de pendejadas. Solo cosillas útiles para aprender idiomas.

Para hacerte miembro puedes [suscribirte por email aquí](#).



Artículo traducido al español por Santiago Madrigal

Hola querida o querido lector, aquí Santiago. Ojalá hayas disfrutado de este artículo originalmente escrito por John y espero te sea muy útil en tu aprendizaje de idiomas :D

Dime una cosa, ¿te gustaría llegar a dominar el inglés por tu propia cuenta, sin tener que meterte en clases de inglés, sin tener que estudiar reglas gramaticales, y usando libros, videos, música, videojuegos y otros materiales en inglés que de verdad *verdad* te gusten? Entonces te invito a que le des una mirada a mi sitio web: Inglesk.com