



# HABILIDADES COGNITIVAS ENTRE LOS 12 A 15 AÑOS

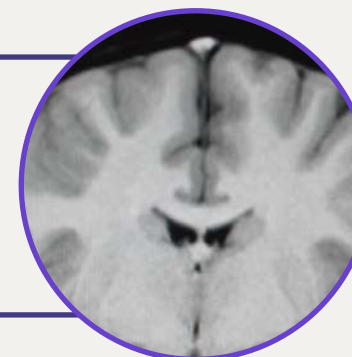
SECUNDARIA



\* Las habilidades no se localizan estrictamente en estas áreas del cerebro; esta representación es solo ilustrativa.

## LA ADOLESCENCIA Y EL APRENDIZAJE

En esta etapa de desarrollo existen cambios prolongados en el cerebro, donde se segrega más sustancia gris (necesaria para las funciones cognitivas como aprender, recordar y razonar) y menos sustancia blanca, la que se encarga de conectar neuronas entre sí.



Existe una poda neuronal, en la que se pierden conexiones neuronales dando pie a la creación de nuevas y más perfeccionadas.



Es una etapa con mucha impulsividad, asumen conductas de riesgo, cambios de humor, falta de percepción y tienden a tener un juicio apresurado.



Hay más desregulación emocional, segregando más dopamina que puede impulsar su motivación, tienen una insaciable búsqueda de la recompensa y querer ser reconocidos.

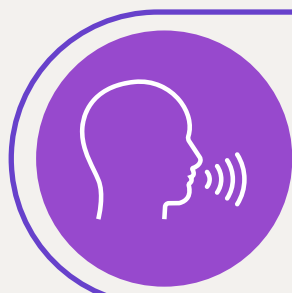




## ASPECTOS CLAVES PARA ESTIMULAR LAS FUNCIONES EJECUTIVAS DE LOS ADOLESCENTES (CODINA, ET AL. 2022):



**Gamificación:** Con un entorno lúdico brindando un aprendizaje motivador óptimo para generar neurotransmisores, este permite estructurar de manera secuenciada los objetivos y tareas.



**Narrativa:** Lo que permite mantener la atención y la línea argumental para mantener el interés de los jóvenes.



**Trabajo colaborativo y autocontrol:** El cerebro es social y se activan regiones del sistema de recompensa cerebral que intervienen en la toma de decisiones y gestión emocional.



**Vínculo social:** Se generan sustancias como la oxitocina que da seguridad, tranquilidad, confianza y apego para las decisiones que se hagan.



**Sensorial:** La memoria tiene mayor activación y duración gracias a diferentes conexiones recibidas por múltiples canales sensoriales.



**Sorpresa:** Al recibir una sorpresa antes o después de un tema explicado, la memoria lo recordará durante más tiempo, por lo que el aprendizaje será a largo plazo.



**Metacognición:** Conciencia de los propios procesos cognitivos y la supervisión y regulación de estos.

### Referencias:

Codia, M., Aldana, D., Piédrola, I. y Ramos, I. (2022). Una estructura neurodidáctica para el desarrollo de las funciones ejecutivas en los adolescentes. ¿Es posible desarrollar el control inhibitorio en el aula?. Journal of Neuroeducation. Vol. 2, No. 2. pp. 118-128. <https://doi.org/10.1344/joned.v2i2.32839>  
Entre otros.