

# **MEMÒRIA**

**IMATGES CEREBRALS NO DESITJADES:  
EL TETRIS EN TÉ LA SOLUCIÓ?**

**ROSER OBRADOR I FONT**

**2N Batxillerat científic**

**INS Bosc de la Coma (Olot)**

# MEMÒRIA

## **“IMATGES CEREBRALS NO DESITJADES: EL TETRIS EN TÉ LA SOLUCIÓ?”**

L'objectiu essencial del meu Treball de Recerca va consistir en esbrinar si jugar al Tetris després de viure una experiència traumàtica (accident, mort, catàstrofe, atemptat...) redueix els flashbacks (que són imatges cerebrals desagradables que s'introdueixen en els nostres pensaments de manera inconscient i que ens vénen una i una altra vegada a la ment).

La veritat és que al principi, quan havia de triar el tema del treball, no sabia ben bé què fer. L'única cosa que tenia clara era que volia que tractés sobre alguna cosa relacionada amb l'apassionant món del cervell.

A més a més, també sabia que, ja que havia de fer un treball llarg i costós, l'havia de fer d'alguna cosa que m'agradés de veritat, perquè si no, se'm faria molt pesat.

Així, per casualitat (o potser sense ser ben bé casualitat) un dia, mentre jo jugava al Tetris, el meu pare em va explicar que havia llegit que jugar a aquest videojoc pot servir de tractament per als traumes psicològics.

Encuriosida, de seguida em vaig posar a buscar tanta informació com vaig poder. Vaig llegir els articles que havien sortit sobre aquest tema i, sense pensar-m'ho dues vegades, vaig decidir que el Treball de Recerca era una bona oportunitat per respondre les preguntes que se m'havien formulat: ( Per què precisament el Tetris? Quins tipus de traumes? Per què existeixen els flashbacks?...).

El contingut del treball consisteix, en primer lloc, en una explicació completa del Tetris: què és, la història, la música i la relació entre aquest videojoc i les matemàtiques. A continuació, s'exposen els traumes que resulten alleugerits en jugar-hi i s'estableix la relació que hi ha entre el Tetris i els traumes psicològics. L'última part teòrica del treball és una exposició del recorregut que segueixen les imatges des que les veiem fins que queden gravades en la nostra memòria. Aquest apartat inclou un estudi sobre l'estructura i les funcions de les parts del cervell que intervenen en aquest procés (tàlem, escorça cerebral, hipocamp i amígdala).

Llavors ve el treball de camp pròpiament dit. Vaig fer la recerca a partir d'un experiment: es tractava de fer mirar una pel·lícula que mostra escenes traumàtiques a unes 25 persones. Seguidament, la meitat van jugar al Tetris, mentre que la resta no ho va fer. Així, a partir d'unes taules que van omplir tots els participants durant la setmana següent, vaig tenir la informació necessària per poder concloure si de veritat jugar al Tetris després d'una experiència traumàtica redueix les imatges cerebrals desagradables provocades per aquest esdeveniment.

L'experiment va sortir com s'esperava i, efectivament, vaig poder validar la hipòtesi que m'havia formulat a l'inici del treball: jugar al Tetris redueix el nombre de flashbacks que pot tenir una persona després d'haver viscut algun tipus d'experiència traumàtica.

En conjunt, crec que la tasca de realitzar el Treball de Recerca, tot i haver estat difícil en alguns moments, m'ha servit i ajudat molt. M'ha donat l'oportunitat d'adquirir nous coneixements de biologia, de matemàtiques i de medicina. I, sobretot, el treball m'ha fet veure la importància de la ciència, que s'interessa, busca, investiga i intenta trobar solucions que ajudin a millorar la qualitat de vida de les persones.

Roser Obrador i Font

2n Batxillerat Científic

Ins Bosc de la Coma

24/02/2013