



ACTUALIDAD | Redacció | Actualitzat el 20/09/2016 a les 13:06

## Un estudio dice que los niños más perezosos podrían ser los más listos

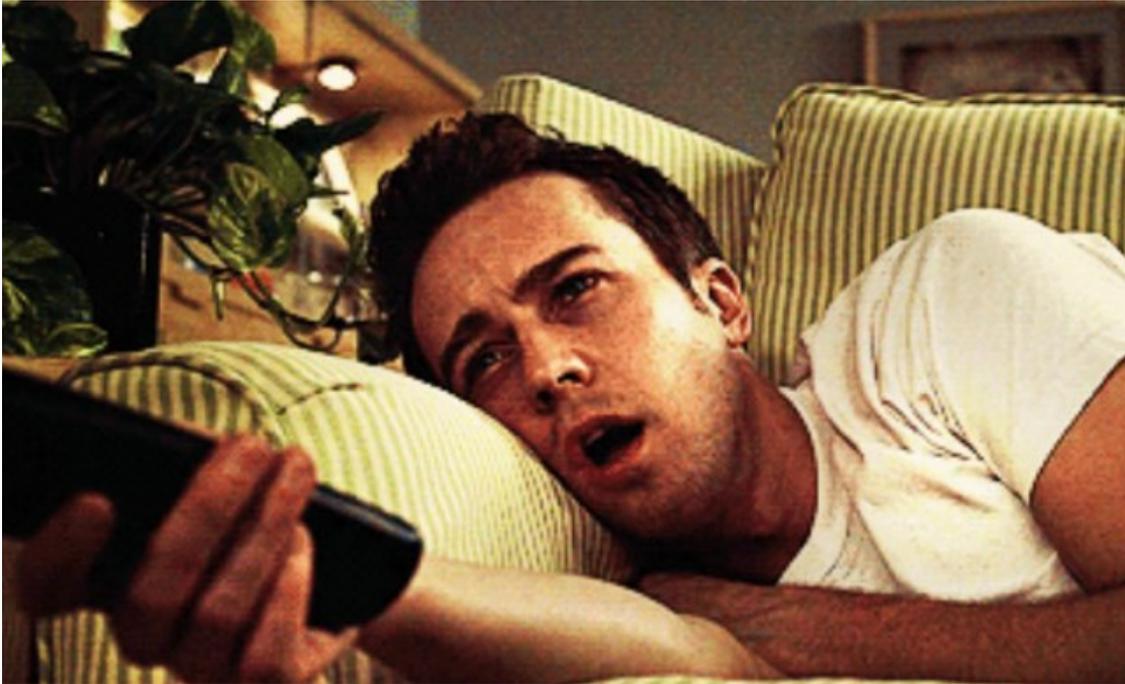


Un grupo de científicos quiere demostrar que los niños y las niñas más inteligentes necesitan descansar más y que los demás y que no son tan activos. Según esta investigación, son un poco más lentos, pensativos y necesitan dormir mucho. ¿La razón? ¡Pensar cansa mucho!



Es cierto que hay genios de todo tipo: genios hiperactivos, reflexivos, tranquilos y metódicos. Pero un grupo de científicos ha querido acabar con el mito de que los niños perezosos son poco inteligentes. Es más, han descubierto algo sorprendente: los niños más listos son tranquilos, se concentran mucho más y necesitan más tiempo para descansar que el resto. Lo que en principio podría parecer un signo de pereza en realidad esconde una gran virtud.

El estudio, hecho por unos psicólogos norteamericanos, ha comprobado que las personas más inteligentes (con un mayor índice de coeficiente intelectual) necesitan descansar más; tanto en cuestión de sueño como de descanso, porque es una forma de recuperar energía.



Las personas más listas se concentran más en sus pensamientos, por eso también consumen más energía y necesitan descansar más rato para autorregularse porque mientras duermen se generan células que refuerzan y protegen los circuitos cerebrales.

Según este estudio, las personas más activas, que necesitan más ejercicio y deporte, presentan un coeficiente intelectual un poco más bajo. Su cuerpo necesita una estimulación constante para no aburrirse y por eso necesitan quemar calorías constantemente.

Lo que sí es cierto es que dormir genera muchos beneficios para el cuerpo y la mente. Por eso es muy importante descansar. A pesar de todo, no se puede generalizar. Existen muchos otros estudios sobre la inteligencia: algunos afirman que los niños más listos son los que tienden a desafiar las normas... Hay otros que aseguran que los inteligentes son los que tienen mal humor... Y otros que son los más graciosos.

Como veis, los estudios sobre la inteligencia se contradicen, puede que sea porque aún no existe nadie capaz de medir la inteligencia. A todas esas máquinas de medición se les escapa lo más importante: la inteligencia emocional. Y ya se sabe que las emociones no entienden de medidas.