

# “Es un mito que la creatividad sólo se dé en personas intelectualmente dotadas”

EL DOCTOR MARIO ALONSO ABOGA POR VER OPORTUNIDADES “DONDE HAY MUROS”

Su fórmula de éxito reside en conocer el tema, apasionarse por él con una mente abierta

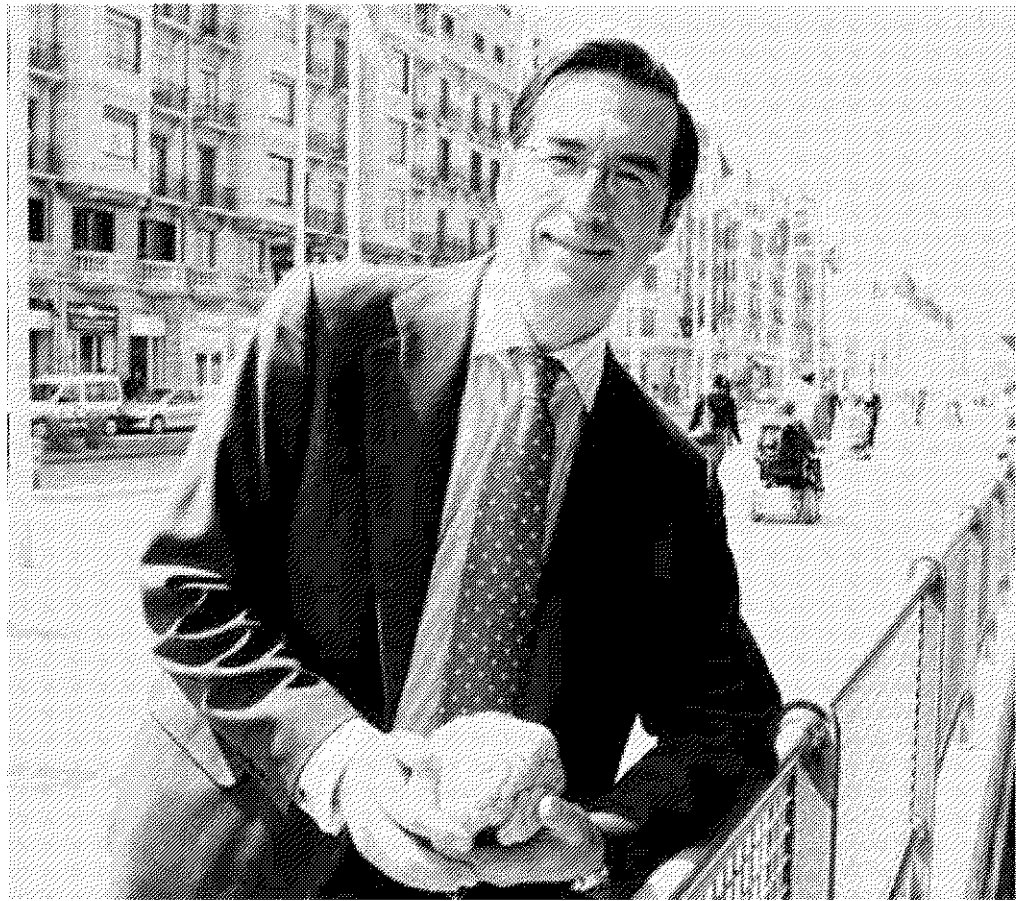
ANA ÚRSULA SOTO

DONOSTIA. El doctor Mario Alonso Puig rezuma positividad por los cuatro costados. Este cirujano que se ha pasado la vida estudiando el impacto de los procesos mentales en el despliegue de los talentos asegura que la creatividad no es una cuestión genética e invita a “desmitificarlo”. “No tiene ninguna base científica pensar que el proceso creativo es algo que sólo se da en personas intelectualmente dotadas, con unas capacidades a las que el resto de los mortales difícilmente vamos a adquirir porque no tenemos el código genético adecuado”, sentencia.

Alonso, que ofreció ayer una conferencia sobre *Creatividad y neurobiología* en Donostia invitado por el Foro Eurogap de Marketing, incide en que muchas veces somos las propias personas las que, ante situaciones de estrés o conflicto, “no paramos de ver muros”. Esas barreras se convierten en limitaciones y restricciones a veces “infranqueables”.

Sin embargo, este experto argumenta que todos los seres humanos tenemos “la capacidad de encontrar caminos donde sólo vemos muros”. “El problema no es tanto que el cerebro no nos dé lo que necesitamos para ver esa nueva ventana u oportunidad, sino que el cerebro opera una serie de mapas, ideas y conceptos que se van estableciendo a lo largo de nuestra experiencia vital y que pueden ser limitantes”, aclara el autor de *Vivir es un asunto urgente*.

Alonso, que actualmente recorre el mundo impartiendo conferencias y cursos sobre liderazgo, comunicación, creatividad y gestión del estrés, considera reprochable que se achaque “la ausencia de creatividad a una falta natural de capacidades intelectuales, tal vez a la imaginación”. “Pero yo me hago una pregunta: ¿Esa persona que se queja de su falta de producción creativa está apasionada? ¿Le conmueve lo que hace? Si contesta que no, ahí es donde se



El doctor Mario Alonso Puig, ayer, en Donostia, con una maqueta de un cerebro entre las manos. FOTO: G. ESTRADA

encuentra la explicación y la base de la ausencia creativa”, afirma. “Es excepcionalmente difícil que una persona sea creativa si no está apasionada con lo que hace”, agrega.

En su opinión, el proceso creativo necesita de tres ingredientes indispensables. En primer lugar, “hay que conocer el tema”. El segundo *aderezo* de esta fórmula es la pasión: “Le debe apasionar, porque el mundo intelectual y el emocional concluyen a nivel cerebral”, señala Alonso. Y, por último, llega la parte “más complicada”, que alude a “tener una

mente abierta sin prejuicios”. “Creemos que tenemos acceso a la realidad, pero no es así. Lo que tenemos es acceso a una percepción de la realidad”, matiza el experto.

Esta fórmula es válida en tiempo de crisis, aunque Alonso reconozca que “no es un mensaje fácil de coger; pero es el mensaje que le va a ser útil”. Cuando alguien pierde el trabajo, “es normal” que experimente un sufrimiento. “Pero una cosa es tener una emoción y otra vivir en un estado de ánimo”, indica. Por eso, en opinión de este experto del cerebro, una persona que se encuentre en esa situación, pasado el “periodo lógico de duelo”, debe cambiar “drásticamente”. “No porque le apetezca, sino porque es la única opción que tiene para que su cerebro busque nuevas alternativas”, desataca.

Y es que, según el doctor Alonso, está demostrado que ante el miedo natural y el desconocimiento que surge en una situación de crisis, el

cerebro de la persona “que se enfoca en la idea de lo que quiere lograr y no en lo que quiere evitar; empieza a reinventarse a sí mismo”.

En ese proceso, según explica, aparecen nuevas conexiones cerebrales o, más importante aún, aumenta la neurogénesis, es decir, se crean en adultos “nuevas neuronas a partir de células madre cerebrales”. Pero para que se dé esta génesis, el ser humano debe afrontar ese miedo a lo desconocido, no como una situación de rechazo, sino como “Albert Einstein invitaba a hacer, con un espíritu de curiosidad fantástico”.

## SU FRASE

**“Tras pasar el duelo por perder el trabajo, la única opción es cambiar drásticamente”**

MARIO ALONSO PUIG  
Cirujano experto en los procesos mentales