

## Neuromitos en educación

Neuromito	Realidad científica (ajustada para emparejar)	Estudio que lo sustenta
1)	Adaptar la enseñanza al estilo (visual, auditivo o kinestésico) no mejora el aprendizaje	Pashler et al. (2009)
2)	No existen personas "de hemisferio derecho o izquierdo"; el cerebro funciona de manera integrada	Novella (2012)
3)	No usamos solo una parte; utilizamos prácticamente todo el cerebro	Evidencia neurocientífica general (Howard-Jones, 2014)
4)	Programas como Brain Gym no tienen evidencia; los beneficios vienen del movimiento general, no de "integrar hemisferios"	Hyatt (2007)
5)	Escuchar música no aumenta la inteligencia; solo produce efectos temporales en el ánimo o la atención	Oberleiter & Pietschnig (2023)
6)	El consumo de azúcar no causa TDAH; no existe relación causal comprobada	Del-Ponte et al. (2019)
7)	El cerebro sigue aprendiendo toda la vida; no hay edades límite para aprender	Howard-Jones (2014)
8)	Más estímulos no siempre ayudan; el exceso de información puede dificultar el aprendizaje	Teoría de carga cognitiva – Sweller (1988)
9)	La dislexia no es visual; es una dificultad del lenguaje y no se soluciona con ejercicios oculares	Evidencia neurocognitiva sobre dislexia (presentación, pág. 8)
10)	Tener un cerebro más grande no significa ser más inteligente	Witelson et al. (2006)
11)	No existen "inteligencias" separadas en el cerebro; este funciona como un sistema integrado	Cerruti (2013)
12)	El omega-3 no mejora el rendimiento en todos; solo tiene efectos en casos específicos	Bushra et al. (2025)
13)	No beber suficiente agua no encoge el cerebro; solo puede afectar la atención	Evidencia fisiológica (presentación, pág. 11)
14)	Los entornos muy estimulantes pueden distraer y empeorar el aprendizaje	Howard-Jones (2014)