

<nirakara>

## Conoce tu cerebro, conoce tu cuerpo

Cursos de Neurociencia

Diseñado y dirigido por:  
**Nazareth Castellanos**  
*Licenciada en Física teórica y  
doctora en Medicina por la  
Universidad Autónoma de Madrid  
(UAM). Máster en Matemáticas  
Aplicadas a la Biología y en  
Neurociencias por la Facultad de  
Medicina de la UAM.*

### Resumen

Conocer el cerebro y el sistema mente-cuerpo en su conjunto es una forma de conocernos a nosotros mismos, nuestras tendencias, hábitos más arraigados y posibilidades de transformación.

Desde sus inicios la neurociencia ha buscado tender un puente que conecte lo inefable de la experiencia humana con la biología del cuerpo que sostiene esta vivencia. Su avance ha sido tal que puede ser complejo contar con una visión de conjunto que incluya sus cimientos, los principios en los que se basa, su alcance en la psicología y la medicina, y la revolución que experimenta en la actualidad.

El programa tiene el objetivo de divulgar y proporcionar una sólida base, desde el punto de vista de la neurociencia y la biología, a la comprensión de algunos conceptos clave del ámbito de la medicina, la psicología, la terapia o las intervenciones basadas en mindfulness (MBI). Además, ofrecerá un acercamiento a los últimos hallazgos científicos sobre la relación entre el cerebro y el resto de los órganos, de donde parte la revolución que está viviendo hoy en día la neurociencia.

## 1. Introducción y objetivos

Del equipo de Nirakara-Lab, rama de investigación del Nirakara Institute, surge este programa con el ánimo de acercar los fundamentos de la neurociencia y el futuro hacia el que apunta esta disciplina a todos aquellos profesionales de la salud, docentes de intervenciones basadas en mindfulness (MBI), investigadores de áreas aledañas y toda aquella persona interesada en profundizar en las bases fisiológicas y neurológicas del comportamiento.

Nirakara-Lab es un laboratorio de investigación perteneciente al Instituto Nirakara y que forma parte de la cátedra de Mindfulness y Ciencias Cognitivas de la Universidad Complutense de Madrid. Su trabajo está centrado en el desarrollo de un modelo fisiológico de la mente corporeizada a través del estudio de la interacción de la dinámica cerebral, cardiorespiratoria e intestinal. Su área de interés parte de la neurociencia y se extiende hacia la inteligencia artificial, la psicología y la psicobiología.

Se trata de la segunda edición de este programa, revisada y ampliada. Más de la mitad del programa es nuevo con respecto a la edición anterior. Como novedad, el módulo 2, 'Interacción Cerebro-Cuerpo', incluye 2 sesiones prácticas basadas en la aplicación de los aspectos vistos en las clases teóricas anteriores.

Al final del curso se entregará un cuaderno con apuntes para facilitar la recuperación y consulta de la información más relevante.

'Conoce tu cerebro, conoce tu cuerpo' está compuesto por 3 módulos:

- **Neurociencia.** Busca cubrir las bases de la neurociencia, repasando los principios básicos de la organización y función cerebral, resaltando la importancia de los mecanismos de la percepción desde una perspectiva divulgativa, al tiempo que rigurosa.
- **Interacción Cerebro-Cuerpo.** Tiene el objetivo de difundir los avances científicos más novedosos y revolucionarios de la neurociencia actual, que muestran una relación directa entre el cerebro y órganos como el corazón, el intestino y la respiración en la cognición y la salud. Se complementa con clases prácticas acerca de la relación mente-cuerpo.
- **Neurociencia para Aprender y Enseñar a Meditar (NAEM).** Está diseñado para conocer los mecanismos cerebrales implicados en la meditación, con especial énfasis en los obstáculos y la gestión emocional. Este curso combina teoría científica con prácticas de meditación y observación de las estrategias mentales desde la práctica informal.

El programa ha sido diseñado por la doctora Nazareth Castellanos, directora de investigación de Nirakara-Lab especializada en la relación entre cuerpo y cerebro.

## 2. Estructura

- Formato online o semipresencial (alternando clases online y presenciales en Madrid en fin de semana).
- Tanto los alumnos matriculados en modalidad online como presencial tendrán acceso a los vídeos de todas las clases en una plataforma digital. Estas clases se complementarán con material científico y divulgativo, y existirá un foro de discusión donde se podrán plantear dudas o comentarios.
- Es posible matricularse en el curso completo o en cada módulo de forma independiente (en cualquier fecha a lo largo de la formación, en la modalidad online, o antes del comienzo de cada módulo, en la presencial).

### 3. Programa

Nota: Aquellas clases nuevas con respecto a la edición anterior, 'Conoce tu cuerpo, conoce tu cerebro', han sido marcadas con un asterisco (\*)

P: Presencial

O: Online

#### 3.1. Neurociencia

**Profesores:**

**Nazareth Castellanos, Javier de Felipe, Fernando Maestú, Javier Pacios**

Sesión 1: Anatomía cerebral (O, 5 de octubre)

- **S1: La neurona\*** (N. Castellanos). Se estudiará la anatomía y dinámica de las neuronas, su comunicación y transmisión de la información, y el papel de los neuro-transmisores.
- **S2: Anatomía y función cerebral** (N. Castellanos). Se estudiará la anatomía del cerebro, desde las áreas más profundas hasta la corteza cerebral, esquematizando las funciones asociadas a cada región cerebral.
- **S3: Ritmos neuronales\*** (N. Castellanos). Se explicará el código de comunicación entre neuronas y los procesos cognitivos en los que están involucradas las oscilaciones. Se dará especial importancia a las oscilaciones alpha, por ser claves en la atención y se hablará de técnicas para modularlas.

Sesión 2: Bases de la percepción (O, 12 de octubre)

- **S4: La neurona, de Cajal a nuestros días** (J. de Felipe). Se estudiará el descubrimiento de las neuronas por parte de Ramón y Cajal, y las técnicas de observación y estudio de la anatomía cerebral más modernas.
- **S5: La percepción** (N. Castellanos). Repasaremos cómo se procesa la información que nos llega de los sentidos para poder comprender mejor las bases de las teorías de la percepción vigentes.

Sesión 3: Memoria (O, 19 de octubre)

- **S6: La atención** (J. Pacios). Se estudiarán los mecanismos neuronales de la atención, el papel de la corteza frontal y su interacción con el tálamo. Se diseñarán los circuitos que subyacen a la toma de conciencia de la atención y su reorientación y las consecuencias de las alteraciones de la atención.
- **S7: Memoria y olvido** (F. Maestú). Se estudiará la plasticidad cerebral como mecanismo base del aprendizaje y la recuperación del daño cerebral.

Sesión 4: Recordar el futuro (O, 26 de octubre)

- **S8. La importancia de olvidar\*** (J. Pacios). Se aprenderán los mecanismos cerebrales del olvido y la importancia clínica y de bienestar que supone olvidar, repasando algunas de las terapias psicológicas que lo implementan.
- **S9: Técnicas de neuroimagen** (N. Castellanos). Se explicará el funcionamiento, alcance, ventajas e inconvenientes de las técnicas de neuroimagen más usadas en investigación y en la clínica tanto en humanos como en experimentación animal.

## 3.2. Interacción Cerebro-Cuerpo

**Profesores: Nazareth Castellanos, Mar Larrosa, Gustavo Diex, Oliver Indri**

Sesión 1: Postura corporal y mente (P, 2 de noviembre)

- **S1: Cuerpo y mente\*** (N. Castellanos). Se expondrán las líneas filosóficas y psicológicas experimentales más destacadas sobre la influencia del cuerpo en la mente y se presentará el nuevo paradigma de la neurociencia actual. Se mostrarán las evidencias científicas de la influencia que ejerce la postura corporal sobre los procesos cognitivos y emocionales.
- **S2: Marcador somático** (N. Castellanos). Se expondrá la teoría de la percepción corporal como base de la vivencia de las emociones, con sus implicaciones terapéuticas experimentales y de liderazgo.
- **S3: La toma de decisiones y el cuerpo\*** (N. Castellanos). Se evaluará el papel de los sistemas límbico- emocionales en la toma de decisiones, los determinantes inconscientes y los mecanismos de reevaluación consciente.

Sesión 2: Eje intestino-Cerebro (O, 9 de noviembre)

- **S4: Microbiota intestinal** (M. Larrosa). Se estudiará qué es la microbiota intestinal, dónde habita y la influencia que tiene sobre el sistema nervioso, inmune y endocrino.
- **S5: Dieta y estilo de vida** (M. Larrosa). Se estudiará la influencia que tiene la dieta y el medioambiente (estructura familiar, mascotas, hábitos de higiene) sobre la microbiota

Sesión 3: Neurociencia del estilo de vida (O, 16 Noviembre)

- **S6: Ejercicio y salud intestinal\*** (M. Larrosa). Se estudiará la influencia que tiene el ejercicio físico sobre la microbiota y por tanto la salud.
- **S7: Demencia y estilo de vida** (N. Castellanos). Se resumirán los hallazgos científicos que relacionan enfermedades cardiovasculares con demencia desde las observaciones clínicas hasta las evidencias con técnicas de neuroimagen.

Sesión 4: Eje corazón - cerebro (P, 23 de noviembre)

- **S8: Variabilidad y coherencia cardiaca\*** (N. Castellanos). Se repasará brevemente el protagonismo histórico del corazón, y se explicarán los parámetros más vinculados a las capacidades cognitivas, como la variabilidad cardiaca y la coherencia.
- **S9: Corazón-Cerebro** (N. Castellanos). Se estudiarán los recientes descubrimientos sobre la influencia que ejerce el corazón sobre el cerebro y las implicaciones de dicha interacción en las teorías del yo, y la regulación del estrés y las emociones.
- **S10: La importancia de la postura\*** (O. Indri). Clase práctica de toma de conciencia del cuerpo: técnicas de automasajes, ejercicios de movilización de las articulaciones y movimientos básicos para estirar el cuerpo. Movimientos para el equilibrio del corazón - mente.

Sesión 5: Respiración - Cerebro (O, 30 Noviembre)

- **S11: Respiración** (N. Castellanos). Se estudiará la influencia de la respiración en la dinámica cerebral en estudios en animales y humanos.

- **S12: Técnicas de respiración lenta\*** (G. Diex). Se presentarán algunas técnicas de respiración lenta para relajación y tratamiento del dolor.

#### Sesión 6: Sentir el cuerpo (P, 14 de diciembre)

- **S13: La corteza somatosensorial\*** (N. Castellanos). Se estudiarán la anatomía y función de la corteza cerebral involucrada en la percepción del cuerpo, estudiaremos cómo se reorganiza y modula con la toma de conciencia del cuerpo y sus implicaciones psicológicas.
- **S14: Interocepción\*** (N. Castellanos). Se estudiarán los mecanismos neuronales de la percepción de nuestro cuerpo, cómo cultivarlos y sus beneficios, así como su influencia sobre la representación corporal y visceral en el cerebro.
- **S15: Regulación corporal\*** (O. Indri). Clase práctica sobre la regulación del cuerpo (física o postural, músculos y tendones, órganos internos y piel), la respiración (natural, pectoral, abdominal e inversa) y la mente (corazón). Se expondrán algunas técnicas Dao-ying para la salud: posturas de QiGong estático y dinámico.

### 3.3. Neurociencia para aprender y enseñar a meditar (NAEM)

**Profesores: Nazareth Castellanos y Gustavo Diex**

#### Sesión 1: Cerebro y meditación (O, 6 de octubre)

- **S1: Meditar: Conocerse a sí mismo\*** (N. Castellanos). Se estudiará la importancia y bases neuronales de la introspección o meta cognición. Se expondrá el acercamiento científico al estudio de la consciencia, los correlatos neuronales de la consciencia con sus dos teorías más aceptadas y el estudio de los estados de consciencia de Ser y Hacer.
- **S2: Un cerebro imperfecto\*** (N. Castellanos). Se estudiará desde un punto de vista neurocientífico las limitaciones del cerebro y cómo influyen en nuestros pensamientos y emociones.
- **S3: Bases de la neurociencia de la meditación** (G. Diex). Se estudiará qué han aportado hasta hoy los estudios de la meditación a la investigación en ciencias cognitivas así como los modelos neurocientíficos de la atención.
- **S4: Mindfulness** (G. Diex). Repaso histórico sobre las bases budistas de la meditación mindfulness.

Propuesta para para casa: Ejercicios de observación de situaciones en las que nuestra mente podría haber operado de forma más óptima.

#### Sesión 2: Los obstáculos (P, 3 de noviembre)

- **S5: Distracciones, pereza y letargo\*** (N. Castellanos). Se expondrán las bases neurocientíficas de los mecanismos de la interferencia en la atención, la resistencia al mantenimiento de la tarea con sus ventajas y limitaciones, y el letargo.
- **S6: Divagación mental\*** (N. Castellanos). Se estudiará la red formada por áreas cerebrales responsable de la actividad basal del cerebro, sus implicaciones psicológicas y clínicas. Se expondrán las bases científicas del fenómeno conocido como “mente del mono” en el budismo. Se verán los aspectos positivos de la mente divagante y la necesidad de “no hacer nada”.
- **S7: Diálogo interior e impaciencia\*** (N. Castellanos). Se expondrán los mecanismos reverberantes de las áreas del lenguaje activas en ausencia de habla y su comunicación con

áreas de planificación, memoria e imaginación, y la activación de las áreas de recompensa ante lo novedoso.

Propuesta para casa: Ejercicios de observación de los obstáculos más frecuentes y sus antídotos.

#### Sesión 3: Las emociones (P, 24 de noviembre)

- **S8: Neurociencia de las emociones** (N. Castellanos). Estudiaremos el sistema límbico cerebral como base de las emociones para comprender los mecanismos de regulación emocional y los cambios producidos en este sistema por la práctica de la meditación.
- **S9: La amígdala\*** (N. Castellanos). Se estudiarán la estructuras y circuitos neuronales con base en el núcleo amigdalino, sus alteraciones y los beneficios de la meditación sobre ella.
- **S10: Toma de decisiones** (N. Castellanos). Se evaluará el papel de los sistemas límbico-emocionales en la toma de decisiones, los determinantes inconscientes y los mecanismos de reevaluación consciente.

Propuesta para casa: Ejercicios de observación de las situaciones en las que nos hemos sentido secuestrados por la amígdala y la carga emocional en las decisiones del día a día.

#### Sesión 4: Neurociencia de la meditación. (P, 15 de diciembre)

- **S11: Neurociencia de la meditación** (N. Castellanos). Se resumirán los resultados científicos más destacados sobre los cambios cerebrales, anatómicos y funcionales, derivados de la prácticas de meditación en la regulación de la atención.
- **S12: Neurociencia de la meditación II** (N. Castellanos). Se resumirán los resultados científicos más destacados sobre los cambios cerebrales, anatómicos y funcionales, derivados de la prácticas de meditación en la regulación de las emociones.
- **S13: El yo y la consciencia** (N. Castellanos). Se resumirán los resultados científicos más destacados sobre los cambios cerebrales, anatómicos y funcionales, derivados de las prácticas de meditación en la regulación de la autoperspectiva y las teorías del yo.

Propuesta para casa: Ejercicios de visualización de la dinámica de tu cerebro durante la meditación. ¿Cuántas veces has entrado en DMN? ¿Cómo ha ido cambiando tu red fronto-límbica? ¿Ha disminuido el esfuerzo cerebral para mantener la atención con la práctica? ¿Cómo se siente tu insula?

## 4. Equipo docente

Nazareth Castellanos



Licenciada en Física teórica (2002) y doctora en Medicina (2008) por la Universidad Autónoma de Madrid (UAM). Máster en Matemáticas Aplicadas a la Biología y en Neurociencias por la Facultad de Medicina de la UAM. Ha trabajado como investigadora y docente en el Departamento de Física Médica del Hospital Clínico San Carlos, en la facultad de Ciencias Biológicas de la UCM bajo la supervisión del profesor Valeri makarov, en el laboratorio de Neurociencia Cognitiva y computacional del Centro de Tecnología Biomédica (Universidad Complutense y Politécnica de Madrid) con el profesor Fernando Maestú, en el Instituto de Investigaciones Cerebrales Max Planck de Frankfurt con los profesores Wolf Singer y Peter Uhlhaas y en el Instituto de Psiquiatría del Kings College de Londres.

Tiene publicados cerca de 40 artículos en revistas científicas internacionales de reconocido impacto y colaboraciones en libros universitarios, ha dirigido dos tesis e impartido clases en universidades españolas, alemanas, inglesas y de Estados Unidos. Ha trabajado en más de 20 proyectos de investigación tanto nacionales como internacionales, siendo investigadora principal en 5 de ellos. Participa activamente en labores de divulgación científica desde hace más de 5 años en diversos centros nacionales e internacionales. Es actualmente directora de investigación y desarrollo de Nirakara-Lab ([www.nirakara-lab.com](http://www.nirakara-lab.com)).

Sus líneas de investigación se han centrado en la implementación de métodos matemáticos para la estimación de las redes cerebrales y su reorganización en pacientes con daño cerebral y enfermedad de Alzheimer. Actualmente investiga la interacción entre el cerebro y otros órganos como el corazón, intestino y pulmones midiendo su actividad electromagnética y composición de microbiota para estudiar los mecanismos biológicos de la regulación emocional y los mecanismos biológicos que subyacen a la práctica de la meditación y el estilo de vida.

Gustavo Diex



Licenciado en Física Teórica (2004) por la Universidad Autónoma de Madrid, Máster en Neurociencia por la Universidad Autónoma de Barcelona y doctorando en Medicina (en curso). Es instructor de mindfulness por el Centro de Mindfulness de la Universidad de Massachusetts, co-director de MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) de la Universidad Complutense de Madrid y co-director del Experto universitario EUMCS (Mindfulness en Contextos de Salud) de la UCM.

Fundador y director desde 2007 del instituto de mindfulness NIRAKARA, Sociedad Científica dedicada a la Investigación y Formación en Ciencias Cognitivas, donde se desarrollan programas basados en mindfulness como medio de intervención en contextos de salud: clínico, educativo, laboral y social, así como fundador de NIRAKARA-LAB, un laboratorio de neurociencia y psicobiología enfocado principalmente en el desarrollo de un modelo fisiológico de la mente corporeizada mediante el estudio de la interacción entre las dinámicas del cerebro y del corazón, así como las funciones respiratoria e intestinal.

Su labor docente como instructor y director de programas basados en mindfulness se combina con su labor como investigador en Nirakara-Lab. Sus líneas de investigación son la interacción entre el cerebro y la dinámica cardíaca, intestinal y respiratoria, así como la implementación de técnicas basadas en inteligencia artificial para el estudio de marcadores biológicos.

### Javier de Felipe



Profesor de Investigación en el Instituto Cajal (CSIC) especializado en el estudio microanatómico del cerebro que lidera el proyecto Cajal Blue Brain. Javier ha participado entre otros proyectos en el proyecto Neurolab de la NASA como investigador principal del equipo científico español, y en el proyecto Blue Brain, cuyo origen se remonta al año 2005, liderado por el profesor Henry Markram. Hoy el proyecto Blue Brain es ya una iniciativa internacional dentro de la que se creó en España el proyecto Cajal Blue Brain que lidera Javier.

El proyecto Blue Brain ha servido de base para proponer el proyecto mundial denominado Human Brain Project (HBP; fecha de comienzo, octubre 2013) que es mucho más ambicioso y cuenta con la participación de un número mayor de laboratorios e instituciones de todo el mundo. Javier es hoy el co-director, junto al profesor Seth Grant, de la división Molecular and Cellular Neuroscience y coordinador científico de dicha división.

Ha recibido multitud de premios y distinciones entre los que destaca, el Krieg Cortical Kudos Award (1999) que le otorgó el Cajal Club (EE.UU) por sus contribuciones al estudio de la estructura de la corteza cerebral, así como la Cátedra Santiago Ramón y Cajal de la Academia de Ciencias de México (2005) y el nombramiento de Honorary Member de la American Association of Anatomists (Elected 2013) en reconocimiento de sus logros excepcionales en el campo de las ciencias anatómicas

### Mar Larrosa



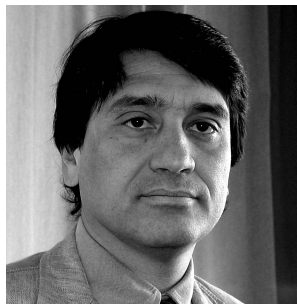
María del Mar Larrosa Pérez es licenciada en Ciencias Biológicas por la Universidad de Murcia (1994/1999) y doctora en Biología por el Centro de Edafología y Biología Aplicada del Segura (CEBAS-CSIC) (2006). Ha trabajado en el Instituto de Investigación de la Alimentación (IFR) de Norwich, Reino Unido, y en la Universidad de Florencia (Italia), en el Departamento de Tecnología de los Alimentos del CEBAS-CSIC. En 2014 se incorpora con un contrato Ramón y Cajal a la Universidad Europea de Madrid donde participa en la creación y gestión de nuevos laboratorios de investigación.

Su labor investigadora se refleja en un total de 53 publicaciones en revistas de alto impacto y 4 capítulos de libro en prestigiosas editoriales (CRC Press, Wiley-Blackwell). Ha participado activamente en 24 proyectos de investigación competitivos y en 18 proyectos no competitivos, ha codirigido 6 tesis doctorales (2 más en período de realización), 5 proyectos fin de máster, 2 trabajos fin de grado y 1 trabajo para la obtención del DEA. Es profesora en la Universidad Europea en las asignaturas de Biotecnología Alimentaria, Bromatología, Microbiología e Inmunología, Genética, Biología Molecular y Botánica Farmacéutica. Anteriormente había impartido docencia en la asignatura de Nutrición de la Universidad de Murcia y en el Máster de Nutrición y Seguridad Alimentaria de la UCAM (Murcia).

Sus líneas de investigación se centran en estudiar el importante papel del estilo de vida en la microbiota intestinal, profundizando en su impacto en marcadores de inflamación y estrés oxidativo y utilizando técnicas de última generación como es la secuenciación masiva.



### Fernando Maestú



Licenciado (1992) y doctor (1997) en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Ha trabajado como investigador en la Universidad de Houston con el profesor Andrew Papanicolaou, en el Departamento de Psicobiología de la Universidad Autónoma de Madrid y en el de Psicología Básica de la UCM. Es actualmente catedrático de Psicología por la UCM y director del Laboratorio de Neurociencia Cognitiva y Computacional del Centro de Tecnología Biomédica de la Universidad Politécnica de Madrid.

Ha sido pionero en la instalación y uso del equipo de Magnetoencefalografía (MEG) en España, siendo una referencia a nivel internacional en la investigación biomagnética de la enfermedad de Alzheimer. Fue presidente de la Sociedad Española de Psicofisiología y Neurociencia Cognitiva y afectiva (SEPNECA), miembro del comité ejecutivo de la Sociedad Europea de MEG y de la Sociedad Internacional de Avances Clínicos MEG (ISACM). Ha trabajado en más de 10 proyectos de investigación como investigador principal y 20 como co-investigador, ha dirigido más de 15 tesis doctorales y coordinado los programas de doctorado de la UCM, es miembro del comité editorial y revisor de diferentes revistas nacionales e internacionales y tribunal de varias agencias de investigación en España y resto del mundo.

Su laboratorio (<http://meg.ctb.upm.es/es/lab/>) es de reconocido prestigio con múltiples colaboraciones nacionales e internacionales, habiendo recibido diversos galardones. Sus líneas de investigación se centran en estudios de memoria en la enfermedad de Alzheimer así como la identificación de biomarcadores que ayuden en la predicción de la evolución de la demencia. Además estudia los mecanismos de plasticidad y cómo las intervenciones neuropsicológicas son capaces de reorganizar las redes neuronales en pacientes con daño cerebral. Ha publicado más de 100 artículos científicos en reconocidas revistas como PNAS, Brain, Journal of Neuroscience, Cerebral Cortex, Neuroimage, entre otras.

Es director científico de la cátedra de Mindfulness y Ciencias Cognitivas de la Universidad Complutense de Madrid.

### Javier Pacios



Licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, doctor en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid (Premio Extraordinario) y Magíster en Neuropsicología Clínica. Inició su carrera investigadora como asistente de investigación en el Centro de Magnetoencefalografía Dr. Pérez Modrego de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, y posteriormente fue investigador predoctoral en el Laboratorio de Neurociencia Cognitiva del Centro de Tecnología Biomédica de las Universidades Politécnica y Complutense de Madrid. Entre los años 2008 y 2018 fue profesor en el Departamento de Psicología de la Universidad Camilo José Cela, donde dirigió el Máster Universitario en Evaluación y Rehabilitación Neuropsicológicas. En la actualidad es profesor en el Departamento de Psicología Experimental de la Universidad Complutense de Madrid.

Ha participado en proyectos de investigación financiados en convocatorias competitivas (MINECO Plan Nacional I+D+i) y los resultados de sus trabajos han sido publicados en revistas internacionales de alto impacto en el primer cuartil de su categoría. Participa como revisor invitado en revistas internacionales de referencia y es miembro de la Sociedad Española de Psicofisiología y Neurociencia Cognitiva y Afectiva. Trabaja como investigador asociado en el Laboratorio de Neurociencia Cognitiva del Centro de Tecnología Biomédica de las Universidades Politécnica y Complutense de Madrid, y ha sido investigador visitante en la Universidad de Cambridge-MRC Cognition and Brain Sciences Unit en los años 2011 y 2014-2015.

Desarrolla su actividad investigadora en el ámbito de la Psicología de la Memoria. Sus líneas de investigación se centran en el estudio del control cognitivo de la memoria. Para ello recurre tanto a estudios conductuales como al empleo de técnicas de neuroimagen.

### Oliver Indri



Oliver Indri, de nacionalidad italiana con mas de 15 años viviendo en España. Licenciado en Historia del Arte por la Universidad de Bolonia, ha practicado artes marciales desde los diez años.

Se ha formado con la Asociación Española de Qigong de salud bajo la supervisión de Miguel Martín y Teresa Menchén, con Rosa Rojo de la Federación Española de Judo y Deportes Asociados y con el maestro Gao Song Mao en Wushu. Es cinturón negro de Taichi por la Federación Española de Judo y Deportes Asociados e instructor por la Asociación Española de Qigong de salud. Ha impartido clases de Taichi en la escuela España-China Física Culture Club y en la

Escuela de Taichi y QiGong de Teresa Menchén, así como impartido numerosos seminarios en Madrid, Barcelona e Italia.