

Cómo es la Sans Forgetica, la nueva fuente de letra creada por científicos para ayudarte a memorizar lo que lees

¿Tienes problemas para memorizar textos? Puede que la clave esté en la letra.

Escribir el texto a mano. Leerlo en voz alta. Hacer esquemas... Las técnicas para memorizar textos son muy variadas y personales. Pero unos científicos de Melbourne, Australia, dicen que la clave puede estar en la tipografía.



Lo importante, según dicen, es obligar al cerebro a estar alerta para que prestemos más atención a lo que leemos.

Y lo han hecho introduciendo un pequeño obstáculo a la lectura: un espacio en blanco en el cuerpo de las letras que no evita que podamos leer la frase, pero nos obliga a hacer un esfuerzo inconsciente.

Sus creadores, un grupo de investigadores de distintas disciplinas del Real Instituto Real de Tecnología de Melbourne (RMIT, por sus siglas en inglés), aseguran que **Sans Forgetica** es "la primera tipografía que fue **específicamente diseñada para mejorar la retención mental**"

- [Por qué recuerdas tan bien la letra de canciones](#)
- [El método para mejorar la memoria que no requiere ningún esfuerzo](#)

Dificultad deseable

"La fuente usa principios de psicología cognitiva para crear un efecto que se conoce como dificultad deseable", explican en el sitio web de la universidad, en donde puede descargarse la fuente y usarse de forma gratuita.



tipografía presenta un pequeño obstáculo a la lectura.

Quizás también te interese

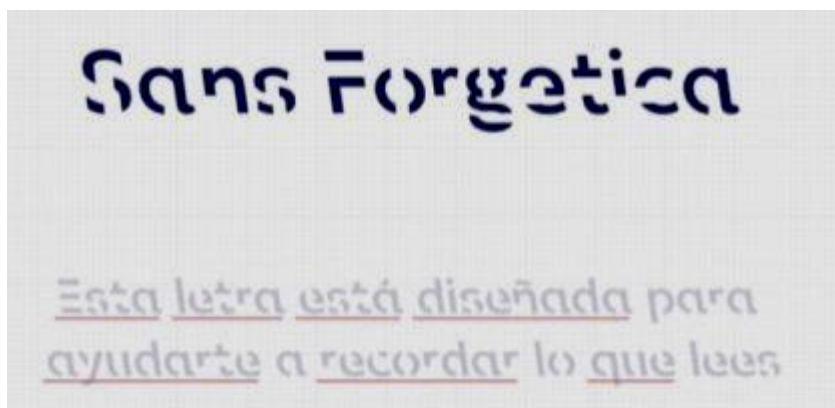
- [El disléxico que inventó su propia tipografía para leer mejor](#)
- [Los secretos detrás de la neuropolítica, el uso de las nuevas tecnologías para "leer tu mente" e influir en lo que votas](#)
- [¿Se pueden medir con números la satisfacción y otros sentimientos humanos?](#)
- [El atrap sueños tecnológico para recordar lo que Edison, Tesla y Dalí no querían olvidar](#)

Fin de las recomendaciones

Ese principio dice que "las obstrucciones menores en los procesos de aprendizaje hacen que tu cerebro se involucre en procesos cognitivos más profundos".

Así, gracias al diseño de la letra, experimentamos ese proceso de memorización sin apenas darnos cuenta.

"El resultado es una retención mental mejorada", concluyen.



www.psicoadolescencia.com.ar

Es la fuente para recordar, señalan.

La tipografía es compatible tanto con Mac como con PC, y también hay una extensión de Chrome.

"Sans Forgetica fue diseñada para ser única y diferente para ayudar a memorizar", dice Jo Peryman, es la presidenta del Behavioural Business Lab de la RMIT, un laboratorio que estudia el comportamiento empresarial.

Janneke Blijlevens, quien trabaja en la Escuela de Economía, Finanzas y Marketing de la RMIT, añade que se hizo "científicamente, **combinando enfoques de teorías de psicología y de diseño**".

"Punto intermedio"

"Las fuentes 'típicas' nos resultan muy familiares, por lo que les echamos un vistazo y no se crea rastro de memoria", dice la especialista.

Y ese rastro es algo así como la huella, la marca que ese recuerdo "imprime" de cierta manera en el cerebro.

"Pero si la fuente es demasiado diferente, entonces nuestro cerebro no puede procesarla y tampoco se crea rastro de memoria", advierte.



Nuestro cerebro funciona con rastros de memoria.

La clave consiste en dificultar la lectura sin que el texto se vuelva ilegible.

"Sans Forgetica ocupa ese punto intermedio en el cual se rompen las normas perceptuales justas para crear ese rastro de memoria", agrega Blijlevens.

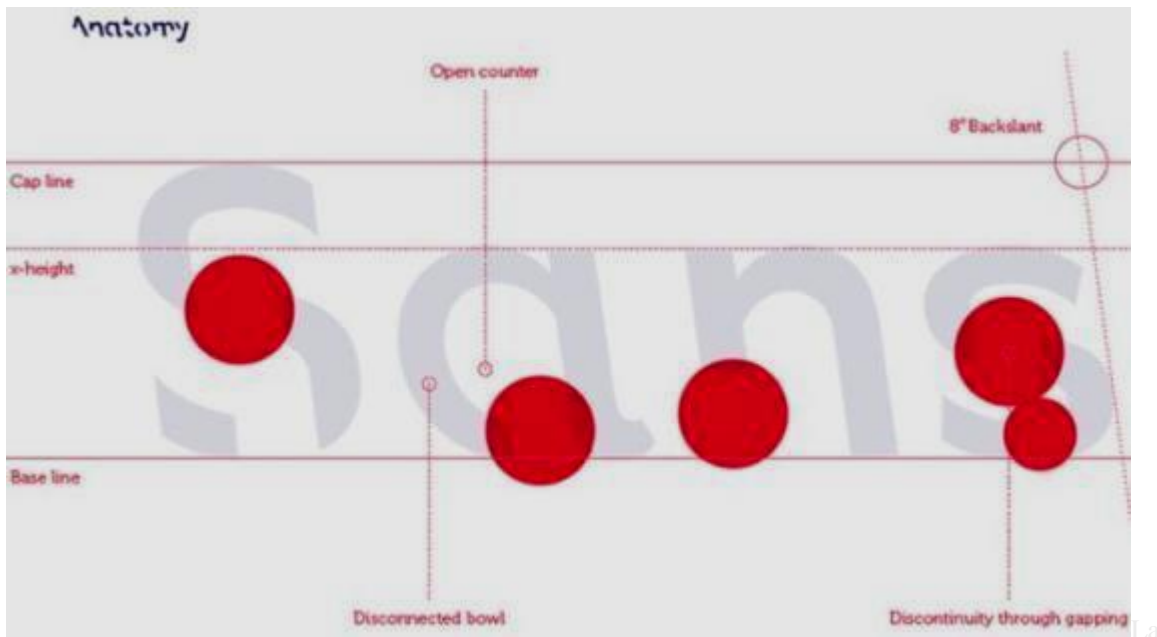
La científica dice que su equipo puso a prueba hasta tres fuentes diferentes que rompían diferentes principios de diseño, y **más de 100 estudiantes** participaron en pruebas de memoria para saber qué fuente era la más efectiva.

El experto en tipografía Stephen Banham también colaboró en la creación de la letra, la cual asegura que reúne "dos elementos fundamentales de diseño".

www.psicoadolescencia.com.ar

Uno es la **inclinación hacia la izquierda**, lo cual es poco convencional ("estamos acostumbrados a la cursiva", que *se inclina hacia la derecha*"); el otro son los **huecos en las propias letras**, "los cuales anticipan el proceso de cómo la gente lee".

"Leemos la estructura y no letra por letra", señala.



La "anatomía" de la letra fue estudiada cuidadosamente.

Mejor para textos cortos

Braham, quien ha creado una veintena de tipografías, dice que la Sans Forgetica es mejor para textos cortos.

"Si se imprimieran novelas con esa tipografía, probablemente **nos daría dolor de cabeza**", bromea.

En cualquier caso, y aunque resulte paradójico, los científicos recomiendan complicarle un poco la tarea al cerebro a la hora de estudiar.

"Cuando queremos aprender algo y recordarlo, es bueno que se agregue un poco de dificultad a ese proceso de aprendizaje", explica Blijlevens.

RedacciónBBC News Mundo 8 octubre 2018

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-45785063>