

VANITY FAIR

People Beauty Benessere Lifestyle Fashion Show Food More ▾

Special

Topic: Lavoro Sport Musica Dieta Capelli Photoshop Matrimonio ...

CERCA 🔍

Miluna

Un unico gioiello, tanti gioielli.



SPONSORED CONTENT

Yamay Sculpt si fa Light

VF per YAMAMAY



STARLOOK

Chic List: Carey Mulligan in Gucci



SESSO

Gli errori da non fare a letto con ciascun segno zodiacale

MYBUSINESS . NEWS

Come il lavoro modella il vostro cervello

10 OCT, 2017
di MARCO TRABUCCHI

I tassisti con un ippocampo "fuoriserie", gli chef un cervelletto "stellato" e i matematici che vedono "letteralmente" numeri e calcoli. Ecco come la professione che svolgi modifica il tuo cervello



7

Quante volte vi hanno detto che il **cervello** è un muscolo come gli altri, da allenare per rinvigorire i neuroni che dopo una certa età cominciano una lenta estinzione. E via di sudoku, parole crociate e **rompicapi sul cellulare**. Come pure leggere, attività allenante per eccellenza, salvo poi dimenticare sistematicamente quello che si è letto qualche mese fa. E allora via ad **allenare la memoria**.



Poi recentemente è venuto fuori che a **modellare il nostro amato cervello ci pensa il lavoro** che quotidianamente svolgiamo. Sono i **super-talenti**, coloro che allenano il cervello a particolari abilità, così forti da “deformare” il cervello nelle zone deputate a svolgere quella specifica funzione.

«Oggi è chiaro che la plasticità cerebrale è possibile sempre e che la spinta maggiore a farlo deriva dal lavoro, appunto, che rende il nostro cervello super-esperto in un compito specifico adeguando la struttura cerebrale», ci rivela **Antonio Cerasa**, autore del volume *«Expert Brain. Come la passione del lavoro modella il nostro cervello»* (Franco Angeli).

LEGGI ANCHE

[Migliorare memoria e concentrazione: ecco come](#)

Nel volume fresco di pubblicazione, il **neuroscienziato al CNR di Catanzaro** ha raccolto moltissimi esempi di come il lavoro, cui dedichiamo gran parte del nostro tempo e delle nostre risorse, è capace di modellare la materia grigia come poco altro. Superata la vecchia teoria secondo cui i neuroni potessero rigenerarsi (e quindi il cervello modificarsi) soltanto nell'infanzia e nell'adolescenza. I **workaholic** possono esultare.

Prendete una delle professioni più abusate in tv, **gli chef**, che poi sono coloro che hanno fatto gridare “Eureka” a Cerasa, dopo che ha visto una piccola brigata lavorare insieme in cucina: «il tratto distintivo del cervello dei cuochi a capo di una cucina è un maggior sviluppo del cervelletto, area che controlla il movimento: sono super-allenati alla programmazione motoria dovendo orchestrare alla perfezione un gruppo di persone, non a caso il volume del cervelletto è direttamente proporzionale alla brigata di colleghi che lo chef deve gestire», rivela Cerasa.

Poi ci sono i **tassisti**, con un ippocampo, sede della memoria, decisamente fuoriserie, grazie al fatto che devono immagazzinare e ricordare informazioni spaziali per orientarsi nella città. Nei **sommelier**, invece, il cervello è iperattivo nelle aree deputate all'elaborazione olfattiva associata al sistema delle emozioni: «quando bevono, rispetto alle persone che attivano solo le aree del gusto, gli assaggiatori di vino “colorano” di emozioni uno stimolo gustativo-olfattivo — riprende Cerasa. «Gli esperti di arte e gli scacchisti, invece, hanno il cervello più grande nelle aree visuo-spaziali della corteccia occipitale per “vedere” gli oggetti esterni da diverse prospettive. Lo stesso si è osservato nei **matematici**, che hanno una maggiore attività nell'area visiva, perché letteralmente “vedono” forme geometriche ed equazioni».

LEGGI ANCHE

[Lorenzo Dornetti: «Mai sentito parlare di neurovendita?»](#)

Così, ed è la novità. «**Il cervello umano si modifica, aumentando di “massa”, solo con la ripetizione di un atto, reso volta dopo volta, prova dopo prova, sempre più accurato, sempre più preciso, sempre più perfetto** – Continua Cerasa. «Ed è questa la differenza tra chi fa un mestiere e chi eccelle, tra chi si accontenta e chi è alla ricerca della perfezione, vero motore del cambiamento».



TOP STORIES



FASHION

Mickey e Minnie Mouse: 90 anni di amore

VANITY FAIR per PANDORA



TREND

Le sfilate di Milano in 12 trend

di FEDERICO ROCCA



Una consolazione sapere che **il cervello umano è programmato per crescere**; ma solo con un obiettivo, migliorare se stesso attraverso un compito, una professione. Perché, conclude Cerasa, «L'idea del posto fisso alla Checco Zalone è follia. Gli "Expert brain" sono felici nell'andare al lavoro e sono angosciati dal fatto di non essere abbastanza bravi». Lavoratori svegliati, sappiatelo, non contribuite all'evoluzione della specie.

Nella gallery, una prova: dimmi che professione svolgi e ti dirò che cervello hai.

MORE



CRONACHE

**Nobel all'economia
che incontra la
psicologia**



NETWORK

**Le aziende a caccia
di influser**



NEWS

**Gola profonda cerca
legge**

LAVORO

PSICOLOGIA



7

TOP STORIES



FASHION

**Mickey e Minnie Mouse: 90
anni di amore**

VANITY FAIR per PANDORA

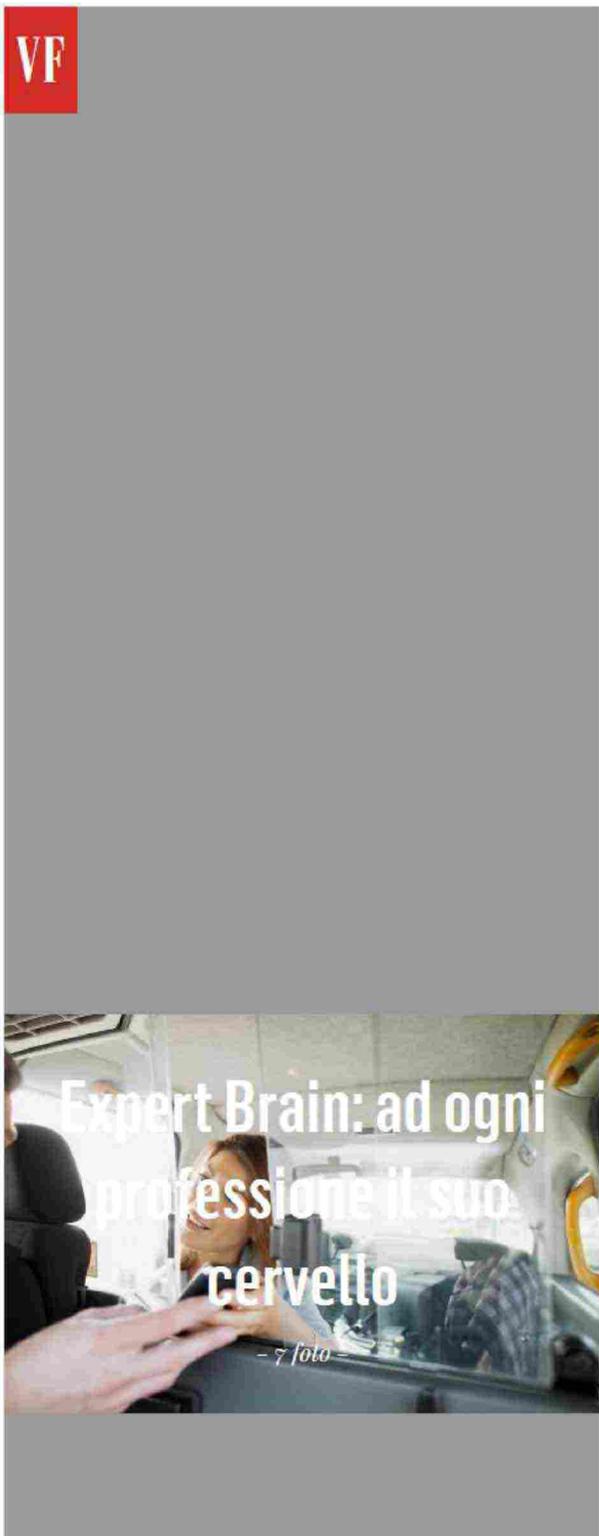


TREND

Le sfilate di Milano in 12 trend

di FEDERICO ROCCA





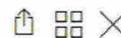
1

Tassisti

I tassisti che per il loro lavoro devono immagazzinare e ricordare informazioni spaziali per orientarsi nella città, sviluppano soprattutto l'ippocampo, sede della memoria.

Foto Getty Images

1 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello

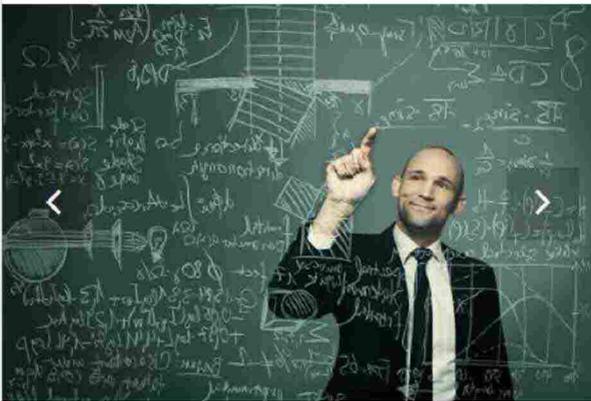


2

Matematici

I matematici, che non hanno un'ipertrofia nelle zone dedicate al calcolo o al ragionamento, quanto piuttosto una maggiore attività nell'area visiva, perché letteralmente "vedono" forme geometriche ed equazioni.

Foto Getty Images



2 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello





3

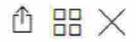
Musicisti

I primi a essere studiati a fondo sono stati i musicisti, scoprendo che c'è per esempio una grande differenza fra chi suona uno strumento e chi canta. A seconda dello strumento usato, sviluppano aree del cervello diverse.

Foto by Getty Images



3 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello

WE LOVE COLORS.
Il nostro plumino 100% vera piuma.

49.95€*

UNITED COLORS OF BENETTON.



4 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello

4

Sommelier e profumieri

Nei sommelier il cervello è iperattivo nelle aree deputate all'elaborazione olfattiva associata al sistema delle emozioni: in pratica, gli assaggiatori di vino hanno appreso a colorare di emozioni uno stimolo gustativo-olfattivo. I profumieri, poi, modificano la struttura dell'area olfattiva, tanto da riuscire a percepire l'intensità di un odore solo pensandoci o leggendone il nome.

Foto by Getty Images





5

Cantanti d'opera

Nei cantanti d'opera si è dimostrato un maggior sviluppo dell'area della corteccia somato-sensoriale connessa alla bocca. Significa che a furia di usare spesso un effettore motorio, come la bocca per cantare, il cervello si modifica e riserva un maggior numero di neuroni al controllo di quell'elemento.

Foto by Getty Images

5 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello





6

Chef

La "cifra" distintiva del cervello dei cuochi è un maggior sviluppo del cervelletto, area che controlla il movimento: allenati alla programmazione motoria dovendo orchestrare alla perfezione un gruppo di persone in cucina. Non a caso il volume del cervelletto è direttamente proporzionale alla brigata di colleghi che lo chef deve gestire.

Foto Getty Images



6 / 8

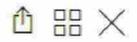


Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello

VF

7 / 8



7

Architetti

Gli architetti, gli esperti di arte e gli scacchisti, invece, hanno il cervello più grande nelle aree visuo-spaziali della corteccia occipitale per "vedere" gli oggetti esterni da diverse prospettive.

Foto by Getty Images

Stai guardando
Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello





8

Il libro

Expert Brain - Come la passione del lavoro modella il nostro cervello, Antonio Cerasa (Franco Angeli, 22€)

8 / 8



Stai guardando

Expert Brain: ad ogni professione il suo cervello

