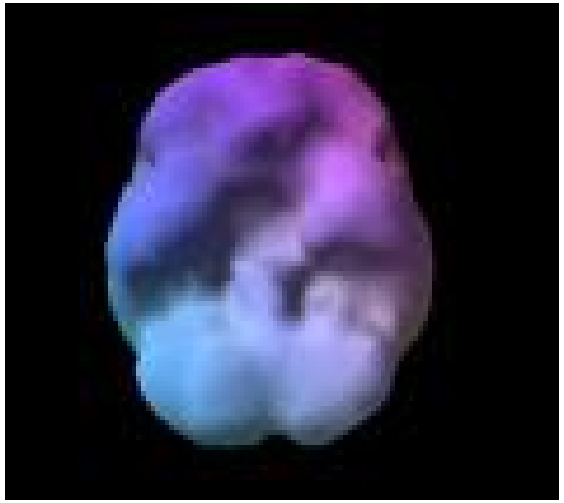
NeuroFit
CENTRE WELLNESS

ACTIVTION ET DESACTIVATION DU CORTEX PREFRONTAL

Les deux images ci-dessous sont obtenues par Single Photon Emission Computarized Tomography (SPECT). Cet examen met en évidence le flux sanguin dans les différentes zones du cerveau et donc, indirectement, le métabolisme cérébral. Les zones les plus montagneuses représentent une augmentation de l'activité cérébrale (activation), alors que les zones « creuses » - attention : le cerveau n'a en fait pas de trous !- représentent une diminution de l'activité cérébrale.
Ces images représentent deux cerveaux vus depuis dessous. Le haut de l'image du cerveau représente le cortex préfrontal.



Cortex préfrontal activé
(physiologie de croissance)

Cortex préfrontal désactivé
(physiologie de défense)

Imaginons que ces deux personnes ont un argument avec leur époux ou épouse. A votre avis, lequel des deux trouvera une solution pacifique et lequel risque de « péter un plomb » ? Dans le même registre, quel cortex sera plus à même de porter son attention à l'intérieur du corps pour y dépister les tensions et les dissiper ? Si vous prenez l'avion pour partir en vacances, quel cerveau préféreriez-vous que le pilote ait ?