

NOTA DE PRENSA (2 páginas)

08/05/2025

EL MUSEO DE LA CIENCIA ORGANIZA MAÑANA, VIERNES 9 DE MAYO, LA CHARLA ‘EL SUEÑO Y LOS SUEÑOS’

**Durante el evento, se entregarán los premios del XV concurso de relato breve
‘La Ciencia y tú. La Ciencia de tus sueños’**

El Museo de la Ciencia de Valladolid – Fundación Municipal de Cultura organiza mañana, **viernes 9 de mayo, a las 19 h**, la charla ‘El sueño y los sueños’. Una conferencia, asociada al XV concurso de relato breve ‘La Ciencia y tú’, que correrá a cargo de José Ramón Alonso, catedrático de Biología Celular en la Universidad de Salamanca y autor del libro ‘La clase neurodiversa’ - ejemplar con el que se premiará al ganador de la categoría infantil del certamen -.

El ponente explicará que “dormir es fundamental para nuestra salud física y mental” pero que, sin embargo, “vivimos una epidemia de falta de sueño”. Aunque todavía hay muchos detalles que la ciencia sigue investigando, se sabe que mientras dormimos el cuerpo repara tejidos, produce hormonas importantes (como la del crecimiento) y fortalece el sistema inmunológico.

Este proceso influye también en la organización y almacenamiento de los recuerdos, y en la selección y consolidación de lo aprendido. Además, contribuye a manejar las emociones y el estrés, ayudando a reaccionar mejor ante los problemas; y colabora en el adecuado mantenimiento del cerebro, favoreciendo la eliminación de las toxinas acumuladas durante el día.

Por otro lado, el experto indicará que “el significado de los sueños no está del todo claro”. Para algunos, estos podrían ayudar a procesar emociones difíciles o confusas, mientras que otras teorías evolutivas señalan que soñar habría servido para ensayar respuestas a peligros en un entorno seguro.

Este interesante encuentro tendrá lugar en el Auditorio del Museo y la entrada es gratuita hasta completar aforo.

Entrega de premios del XV concurso de relato breve ‘La Ciencia y tú’

Durante el evento, se entregarán los premios del XV concurso de relato breve ‘La Ciencia y tú’, que ha contado con la colaboración de Casa Zorrilla y Casio División Educativa, y que en esta edición ha propuesto el tema ‘La Ciencia de tus sueños’.

Belén Sánchez Humanes, Alfonso Gadea Dávila y Olivia López Castrillo han sido los ganadores de las categorías general, juvenil e infantil respectivamente; mientras que Lara Magdaleno Huertas se ha alzado con el galardón del público.

Tras la lectura de los trabajos, se entregarán los premios que incluyen carnés de 'Amigo del Museo', calculadoras científicas Casio y libros de divulgación científica firmados por sus autores: '¿Por qué soñamos?' y otras grandes preguntas sobre dormir y el sueño', de Pablo Barrecheguren; 'A bordo de tu curiosidad', de Carlos Briones; 'La clase neurodiversa', de José Ramón Alonso; y 'El calendario de historia de la ciencia', de Moncho Núñez.

Los relatos estarán disponibles próximamente en la web www.museocienciavalladolid.es.