

Neurotransmisores y sus funciones

Los principales neurotransmisores y su función principal.

Neurotransmisor	Función principal	Mi regla mnemotécnica
Dopamina	Impulsa la motivación y el sistema de recompensa, y también participa en el aprendizaje y el control motor.	
Serotonina	Modula el estado de ánimo, el sueño y el apetito, y regula procesos digestivos.	
Noradrenalina	Activa la alerta y prepara para la acción. También regula la atención y la respuesta de lucha o huida ante el estrés.	
GABA	Es el principal neurotransmisor inhibitorio del sistema nervioso central, y frena y calma la actividad neuronal.	
Glutamato	Es el principal neurotransmisor excitador del cerebro y sostiene la plasticidad, el aprendizaje y la memoria.	
Acetilcolina	Interviene en la memoria y la atención, y activa la contracción del músculo voluntario.	
Endorfinas	Son péptidos opioides que produce el propio cuerpo, alivian el dolor y acompañan estados de placer y bienestar.	

Las endorfinas son neuropéptidos que actúan como neuromoduladores. Usa la última columna para escribir tu propia regla mnemotécnica.

