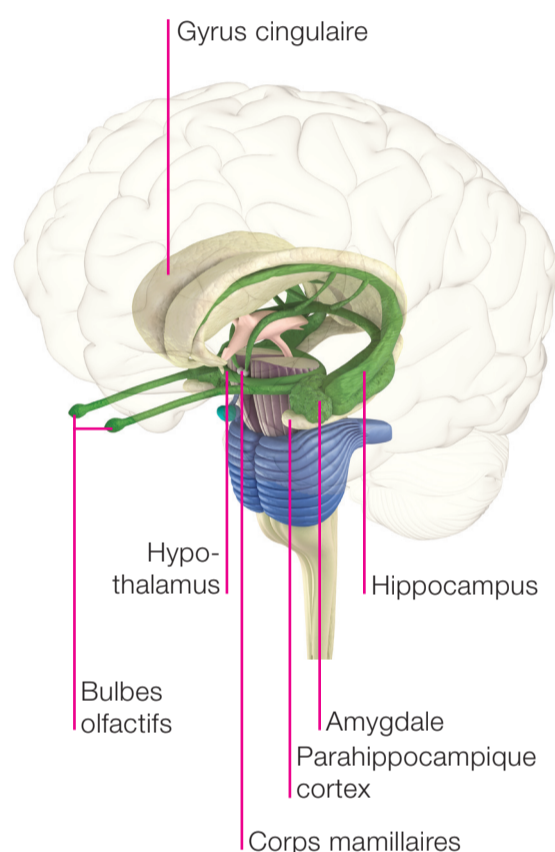


# Le cerveau limbique - notre cerveau émotionnel

**Le système limbique se trouve enfoui à l'intérieur du lobe temporal du cerveau et il peut être assimilé au cerveau émotionnel. Le système limbique a également une fonction essentielle dans la mémoire et la faculté d'apprentissage.**

Le système limbique est à l'origine des émotions et il est doté d'un centre de la récompense, siège des mécanismes d'action euphorisants et donc des effets addictifs de drogues telles que les opiacées, mais également du chocolat ou encore de sports extrêmes.

Lorsque nous pensons, percevons, ressentons, nous évaluons automatiquement l'effet produit : positif, neutre ou négatif. Cette évaluation est ultrarapide (moins de 100 millisecondes) et a lieu de manière non consciente. Notre système limbique réagit instantanément à nos pensées et envoie l'information au tronc cérébral, provoquant diverses réactions dans notre corps.



## Le système limbique

**Amygdale** : L'amygdale joue un rôle important dans l'apprentissage, la mémorisation et la gestion des émotions. De plus l'amygdale coordonne la réponse corporelle à la peur et à l'agression.

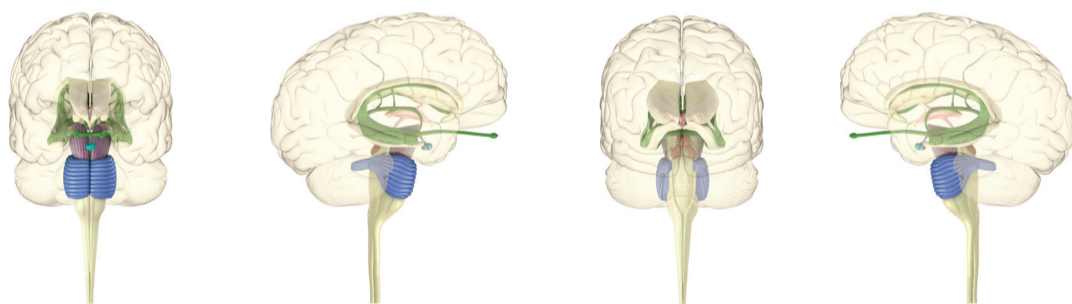
**Gyrus Parahippocampique** : Zone corticale adjacente à l'hippocampe participant à la visualisation des scènes et des lieux.

**Hypothalamus** : principal lien entre le système nerveux et le système hormonal.

**Bulbes olfactifs** : Faisceau de cellules nerveuses sensorielles allant de la cavité nasale à l'intérieur du cerveau. Ils traitent partiellement les informations relatives à l'odorat avant qu'elles ne soient conscientes.

**Corps mamillaires** : petit amas de cellules nerveuses qui relaient les signaux au thalamus, contribuant ainsi à la vigilance et à la construction de la mémoire -

**Gyrus cingulaire** Partie du cortex limbique située au-dessus du corps calleux



## Vue à 360 degrés

Ces vues montrent que le système limbique occupe le centre du cerveau et les surfaces internes du cortex cérébral

## L'hippocampe

(Appelé ainsi en référence à l'animal marin, dont il prend la forme)

L'hippocampe intervient principalement dans la proprioception, la construction de la mémoire et la résurgence des souvenirs. Il contribue à sélectionner les informations transitoires à mémoriser et à les transmettre à des régions spécialisées dans la mémoire à long terme. D'autre part il associe les émotions à la mémoire. Une lésion de l'hippocampe peut empêcher la formation de nouveaux souvenirs, même si les souvenirs antérieurs à la lésion restent intacts.