CARACAS, 22 DE JULIO DE 2010 HORA LOCAL: 5:59:19 AM

La ansiedad modifica la atención

21 de julio de 2010.-

El estado de ánimo quizás afecte la forma en que cada persona mira al mundo que la rodea. La gente de carácter nervioso o que pasa por un momento de ansiedad parece modificar su atención a lo que sucede, concluyó una investigación.

Los investigadores de la Universidad de Granada (España), que publicaron sus conclusiones en la revista Psychological Science, afirmaron que la ansiedad genera cambios en la atención, haciendo por ejemplo que los individuos sean más receptivos a la información negativa que los rodea y menos permeables a los aspectos positivos o neutros.

Qué es la ansiedad

La ansiedad generalmente se define como un estado de nerviosismo o recelo cuyas causas muchas veces se desconocen. En ocasiones, esta situación genera síntomas físicos como dolor abdominal, dolor de cabeza, diarreas, tensión muscular y contracturas, sudoración, dificultades para dormir y cambios cardiovasculares.

Este nerviosismo puede también ser parte de una enfermedad psicológica, como el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de pánico o el stress post-traumático.

La mirada ansiosa

Los autores trabajaron con dos tipos de ansiedad. La ansiedad como un rasgo de personalidad, que indica una tendencia a sentirse nervioso o inquieto, y el estado de ansiedad, que es una respuesta a una situación estresante que suele durar poco tiempo.

Los voluntarios fueron elegidos especialmente para ser incluidos en dos grupos, uno para cada tipo de ansiedad. Para estudiar su nivel de atención los autores diseñaron un test específico para esta investigación.

Los participantes con una personalidad ansiosa mostraron una atención deficiente en torno a la resolución de conflictos y el control de la acción.

Por el contrario, los voluntarios en un estado temporal de ansiedad (inducido en el momento por los científicos) lograron una mejor función de alerta y orientación.

Los investigadores afirmaron que es la primera vez que se comprueba que los distintos tipos de ansiedad generan cambios diferentes a nivel de la atención. Esperan que sus hallazgos sirvan para mejorar el tratamiento de los trastornos de ansiedad, que cada día afectan a más personas.

www.neomundo.com.ar

Si tienes cuenta en **Facebook** puedes comentar al final de la nota

CIENCIA Y SALUD

Estudio asegura que los amantes de la carne engordan más en el tiempo

Sombrillas de playa sólo filtran el 34% de los rayos UV

Diseñado test que puede predecir el éxito de una fertilización asistida

Gel hecho a base del fármaco para el VIH tenofovir redujo infecciones en mujeres en 39% durante dos años

Asocian ciertos genes con enfermedad del riñón en afroamericanos

Ver más noticias

BBC MUNDO.com