

Seleccione la edición local que desea memorizar en su ordenador: Andalucía Recordar elección

Publicidad

TELEPRENSA VIAJES powered by  **viajalmeria.com**



¿Colaboras?

TELEPRENSA

PERIÓDICO DIGITAL DE GRANADA

CAPITAL PROVINCIA SOCIEDAD ECONOMÍA CULTURA Y OCIO DEPORTES FÓRMULA 1 24 HORAS FRANQUICIA TELEPRENSA.ES

Buscar

Martes, 06 de Septiembre 2011

Notas de prensa / Suscripción Teleprensa en youtube

EDICIONES

ESPAÑA
MADRID
ANDALUCÍA
ALMERÍA
CÁDIZ
CAMPO DE
GIBRALTAR
CÓRDOBA
GRANADA »
HUELVA
JAÉN
MÁLAGA
SEVILLA
MURCIA
CATALUNYA
GIRONA

SERVICIOS

NOTICIAS RSS
CONTACTO
CURSOS Y
MASTERS
FARMACIAS
CALLEJERO
TRÁFICO
EL TIEMPO
CARTELERIA
TV

26°

Mañana

29°

Jueves

29°

Viernes

30°

Recordar el pasado de forma negativa deteriora la salud

La vuelta al trabajo después de las vacaciones es para muchos una pesadilla. ¿Mejora la salud recordar el pasado de forma positiva? Una investigación de la Universidad de Granada afirma que la actitud de las personas hacia los eventos pasados, las vivencias presentes o las expectativas futuras, influye en la percepción de la salud y en su calidad de vida



Universidad de Granada
Secretaría General
Gabinete de Comunicación

UGR

0

Email

Print

Twitter

Facebook

MySpace

Stumble

Digg

Más redes

Publicado el 05-09-2011 13:12

GRANADA.- "Hemos observado que cuando las personas tienen una actitud negativa hacia los eventos pasados de su vida, y al mismo tiempo, se tiene una actitud pesimista o fatalista respecto de los eventos presentes, se generan mayores problemas en sus relaciones y son estas personas las que presentan los peores indicadores en calidad de salud", explica a SINC Cristián Oyanadel, investigador de la UGR y coautor del estudio que publica la revista Universitas Psychologica.

Los investigadores evaluaron mediante cuestionarios y pruebas de estimación temporal a 50 individuos (25 mujeres y 25 hombres entre los 20 y 70 años) de una muestra aleatoria. El perfil de orientación temporal se midió aplicando el test denominado Inventario de orientación temporal de Zimbardo, diseñado en Estados Unidos y validado en numerosos países -incluido España-. Este test recoge cinco dimensiones que describen actitudes hacia el pasado, el presente y el futuro.

Una vez agrupados por perfiles según su estimación del tiempo, aplicaron a los encuestados un cuestionario de calidad de vida para medir su salud física y mental. "Según lo observado en nuestro estudio, la dimensión más influyente es la percepción del pasado. Una visión negativa de este se relaciona altamente con peores indicadores de salud", apunta el investigador.

Las personas con esta tendencia negativa reportan dificultades para esforzarse físicamente en actividades cotidianas y limitaciones físicas para el rendimiento en el trabajo; perciben mayor dolor corporal y tienen mayor predisposición a enfermar. "Además, presentan tendencia a estados depresivos, ansiosos y alteraciones conductuales en general", añade Oyanadel.



Promoción: Set de baño bebé con gastos de envío incluidos

Precio: **38.5€**
babiboom babiboom

VENDO PISO A ESTRENAR

Precio: **58000€**

VENDO PISO A ESTRENAR



Apartamento en Urb. de Roquetas de Mar (Almería)

Precio: **115000€**
Ana M. García

Sandalia anatomica

Precio: **25€**

Barón Calzados



Sesión IBEX35



ARTÍCULOS MÁS LEÍDOS

- Equo concurrirá a las generales en las ocho provincias andaluzas
- La UGR formará expertos en accesibilidad y entorno para personas con discapacidad
- Gran actuación de los andaluces en la final del Campeonato del Mundo de tiro con arco 3D
- 80 trabajadores cobrarán 2 millones de euros de atrasos gracias a CCOO
- El PSOE condena el acto vandálico que ha sufrido la caseta de IU en la Feria de Guadix
- Baza se prepara para celebrar Cascamorras

Pensar en el futuro no daña la salud

Teleprensa@ World, S.L. es editora de www.teleprensa.es periódico digital - España - Depósito Legal AL-61-2006 - ISSN-1885-9984

Los tres perfiles temporales encontrados entre los participantes del estudio corresponden a tres estilos: predominantemente negativo y predominantemente orientado al futuro -los dos más extremos- y otro más equilibrado. Reservados todos los derechos. Queda prohibida toda reproducción, distribución, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización desde Teleprensa World SL, incluyendo y en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos.

Teleprensa World, S.L. no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores ni de las reflejadas por sus lectores en los comentarios de noticias o artículos, correspondiendo toda responsabilidad a la persona que realiza tales comentarios o expone esas opiniones.

El perfil equilibrado es el ideal puesto que resulta de una actitud positivamente de las experiencias pasadas, se orientan al cumplimiento y autoexigencias de metas en el futuro, pero no descuidan la posibilidad de vivir emociones y experiencias agradables y placenteras".

Asimismo, estas personas cuentan con una mayor puntuación en las capacidades de esfuerzo físico, mejor salud mental general, menos tendencia a enfermar y menor percepción de molestias o dolores corporales.

"Por otro lado, las personas orientadas al futuro, es decir, a dejarlo todo por cumplir metas y exigencias personales olvidándose de vivir experiencias agradables presentes y con poca conexión con sus experiencias pasadas positivas, no tienen mala salud física y mental, pero ésta es de menor calidad que las personas del grupo equilibrado", concluye Oyanadel.

MÁS SOCIEDAD

- La Policía Nacional detiene a una mujer por intento de robo violento en un comercio en Motril
- La Policía Nacional de Granada evita que una persona sea arrollada por el tren
- CajaGRANADA renueva su impulso al Parque Tecnológico de Ciencias de la Salud
- CCOO lamenta un nuevo fallecimiento por infarto de un trabajador de Cetursa Sierra Nevada
- La UGR formará expertos en accesibilidad y entorno para personas con discapacidad
- 80 trabajadores cobrarán 2 millones de euros de atrasos gracias a CCOO
- La CGE ofrece formación específica con prácticas en empresas para los desempleados granadinos
- El Parque de las Ciencias acoge el encuentro de más de un centenar de astrónomos andaluces
- Equo concurrirá a las generales en las ocho provincias andaluzas
- El presidente de la CGE valora los datos del paro del mes de agosto
- Bomberos de la Diputación de Granada colaboran en el operativo tras el accidente de una avioneta del Infoca
- Para CCOO es impresentable que en agosto se hayan destruido más de mil puestos de trabajo
- IU denuncia un modelo laboral que condena a la precariedad a miles de granadinos

Me gusta

Mostrando o comentarios

Ordenar por: ☒ Suscríbete por e-mail ☐ Suscribirse por RSS

Añadir Comentario

Opcional: Inicia sesión más abajo.

Escriba su comentario.

Escribir como ...

blog comments powered by **DISQUS**

Teleprensa
Gabinetes de prensa
*Si necesitas
contarlo
nosotros
tenemos la
solución*
profesionales de
la información
teleprensa@teleprensa.es

**EMERGENCIA
NUTRICIONAL
EN EL CUERNO DE ÁFRICA**
En Somalia, Kenia, Etiopía y Yibuti más de 2 millones de niños sufren desnutrición debido a la dramática situación de sequía, al aumento sin precedentes en el precio de los alimentos, y a los continuos conflictos. Las vidas de muchos de ellos corren grave peligro.
Necesitamos tu ayuda urgente.
HAZ TU DONATIVO AHORA
902 31 41 31 | www.unicef.es

unicef 