



Salud

+ PODRÍAS PRESENTAR EL FENÓMENO DE TRANSFERENCIA DEL JUEGO

¿ERES ADICTO A LOS VIDEOJUEGOS?

Las **PERSONAS FANÁTICAS** de este tipo de entretenimiento suelen **ESCUCHAR LOS SONIDOS DEL PROGRAMA, AUN DESPUÉS DE FINALIZAR LA PARTIDA**

REDACCIÓN / EL HORIZONTE

Desde años atrás han sido estudiados los efectos que las maratónicas sesiones con videojuegos tienen sobre nuestro cerebro; sin embargo, todas esas investigaciones se centran en el impacto visual que tienen esos programas de entretenimiento, y no en las consecuencias auditivas que realmente generan.

Respecto a lo anterior, un reciente trabajo de la Nottingham Trent University, ubicada en Inglaterra, desvela que muchos jugadores continúan escuchando explosiones, efectos sonoros y música después de finalizar la partida. A esta sensación se le conoce como fenómeno de transferencia del juego o GTP (por sus siglas en inglés).

Para llegar a dicha conclusión, los investigadores recopilaron y analizaron 192 experiencias de un total de 155 usuarios, quienes aseguraron que era habitual que después de jugar escucharan en sus cabezas ruidos, frases y música de los videojuegos. Además, afirmaron que confundían sonidos del mundo real con los del virtual y al acostarse para dormir muchos tenían la impresión de haber dejado encendida la consola.

“Estas experiencias a veces puede dar lugar a pensamientos y comportamientos ilógicos”, dijo Angélica Ortiz De Gortari, investigadora en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Nottingham Trent, quien agregó como ejemplo que



“un jugador de *World of Warcraft* vio barras de energía sobre las cabezas de jugadores del equipo oponente en un partido de fútbol cuando sintió la adrenalina porque empezaron a anotar.

“Es importante que los jugadores entiendan que las experiencias de sonidos que reexperimentan y las voces pueden provocar angustia, sobre todo cuando se asocia a situaciones peligrosas en

el juego”, agregó la especialista en salud, quien recomendó que los videojuegos siempre sean utilizados con medida y con un volumen moderado. (Con información de Agencias)

NO TODO ES MALO

Distintos estudios sugieren que la práctica moderada de videojuegos de acción, sobre todo aquellos que requieren tomar decisiones rápidamente, puede mejorar la agudeza visual de los usuarios, aumentar su concentración e incluso potenciar su memoria a corto plazo.

Ahora, Daphne Bavelier, una experta en ciencias cognitivas de la Universidad de Rochester, en Nueva York, señala que, además, tiene un efecto beneficioso en nuestra capacidad de aprendizaje.

CONSULTA A TU MÉDICO
Si presentas algún dolor que no cesa en una semana



SEIS MILLONES DE MEXICANOS SUFREN ESTOS PROBLEMAS

MALESTARES EN LA COLUMNA VERTEBRAL

REDACCIÓN / EL HORIZONTE

En México se estima que un poco más de 6 millones de personas padecen dolor crónico de columna vertebral, afirmó el especialista Miguel Ángel Andrade Ramos, quien agregó que este malestar afecta a tres cuartas partes de la población mundial.

Sin embargo, comentó que en la actualidad existen técnicas que ya se están haciendo en los hospitales civiles, que se refieren a cirugía de mínima invasión de columna vertebral, en

donde se da la menor agresión posible a los tejidos del paciente con incisiones menores de un centímetro.

“El porcentaje de infección en una cirugía de columna puede ser tan alto, especialmente en aquellas en las que se utilizan implantes, que son hasta el 30%, sin embargo, con técnicas de vanguardia, esta tasa se puede reducir hasta menos del uno por ciento”, apuntó Andrade Ramos.

Por otra parte, el especialista en salud, Héctor Ve-

lázquez Santana, destacó que una infección a nivel espinal, suele ocasionar repercusiones graves en la salud, por lo que recomendó que estos problemas físicos sean tratados por expertos.

Cabe señalar que todos estos temas sobre la columna vertebral formarán parte del XVIII Congreso Internacional de Avances en Medicina (CIAM) 2016, que se celebrará del próximo 25 al 27 de febrero en Expo Guadalajara. (Con información de Agencias)

PRESTA ATENCIÓN A LAS SEÑALES QUE TE MANDA TU CUERPO

Migraña y trastornos visuales

REDACCIÓN / EL HORIZONTE

De acuerdo con especialistas en salud, la migraña es un dolor de cabeza intenso y prolongado con diversos síntomas como náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y al sonido, y un dolor pulsátil sólo en un lado de la cabeza.

Además, otros de los signos que se presentan son los trastornos visuales como visión borrosa, percibir manchas de colores, estrellas, líneas en zig zag, luces destellantes y ver en forma de túnel.

También, este padecimiento, que es muy común en la actualidad, provoca síntomas como bostezar y dificultad para concentrarse, problemas para tener congruencia en las palabras, debilidad, entumecimiento y hormigueo.

Respecto a las causas, cabe señalar que hay situaciones de la vida cotidiana que contribuyen a que se presente la migraña como: tomar alcohol en exceso y fumar cigarrillos.

Asimismo, influye el saltarse alguna de las comidas del día, el estrés, la ansiedad, el ejercicio físico en exceso y los cambios en la rutina del sueño, entre otras.

Por otra parte, existen ciertos tipos de alimentos que pueden desencadenar el dolor de cabeza crónico como el chocolate, los lácteos, carnes que contengan nitratos -tocino, hot dogs, salami-, cebollas, cacahuates, nueces de la India, semillas, además del uso del aceite de girasol, maíz o soya. (Con información de Agencias)

