

LA PELIGROSA PSICOLOGÍA DEL ENVÍO DE MENSAJES DE TEXTO MIENTRAS SE CONDUCE

Por Brooke Crothers

Los conductores saben que enviar mensajes de texto es peligroso, pero igualmente lo hacen. Y lo que es peor, algunos creen que pueden hacer varias cosas a la vez mientras conducen.

En una encuesta patrocinada por AT&T, más del 90% de los conductores frecuentes dijeron que saben que enviar mensajes de texto al volante es peligroso, pero que eso no les impide hacerlo.

Esto puede tener consecuencias desastrosas. "La gente conduce de forma más errática cuando envía mensajes de texto que cuando bebe y conduce [y] sabemos que las personas tienen seis veces más probabilidades de sufrir un accidente si envían mensajes de texto y conducen", declaró a Foxnews.com el Dr. David Greenfield, fundador del Centro para la Adicción a Internet y a la Tecnología y profesor clínico adjunto de psiquiatría en la Universidad de Connecticut. Greenfield fue fundamental en el diseño de la encuesta para AT&T.

Alrededor de las tres cuartas partes de los encuestados también admiten que miran el teléfono mientras están al volante. Pero esto es lo que da miedo: los conductores son, como mínimo, ingeniosos a la hora de encontrar razones para justificar su comportamiento.

Por ejemplo, casi tres de cada diez creen que pueden hacer fácilmente varias cosas a la vez, incluso mientras conducen.

"La adicción es lo que impulsa el comportamiento. Existe un mecanismo psicológico por el que [la gente] considera que en esta ocasión no será peligroso. Eso es una distorsión cognitiva completa. Y esto contradice el hecho de que saben intelectualmente que es peligroso", dijo Greenfield.

Es más: los conductores se engañan a sí mismos si creen que pueden hacer varias cosas a la vez. "Para casi todo el mundo es difícil hacer varias cosas a la vez. De hecho, los estudios han demostrado que las personas que tienen más confianza en que pueden realizar varias tareas a la vez son en realidad las que peor lo hacen", dijo a Foxnews.com el doctor Earl K. Miller, catedrático de neurociencia en Picower del MIT.

Continuó Miller. "No realizan varias tareas a la vez porque sean mejores en ello. Realizan varias tareas a la vez porque buscan sensaciones y son impulsivos. Racionalizan su comportamiento con una confianza exagerada en sus capacidades para realizar varias tareas".

El problema es que los conductores creen que están observando la carretera mientras envían mensajes de texto, pero en realidad se basan en la predicción del cerebro de que ahí antes no había nada, según Miller. Es una ilusión que puede llevar a resultados trágicos.

"Debido a nuestra limitada capacidad de pensamiento, sólo podemos percibir una pequeña fracción del mundo a la vez. Sorbemos el mundo exterior a través de una pajita. Pero tenemos la ilusión de que la pajita es grande porque el cerebro rellena los espacios en blanco. Si está concentrado en su teléfono móvil, puede ver una carretera vacía sólo porque estaba vacía hacía unos segundos. El problema es que ahora podría no estar vacía", dijo Miller.

Y el impulso de continuar con el comportamiento peligroso es fuerte. Comprobamos compulsivamente nuestros teléfonos debido a un neuroquímico en el cerebro que nos hace sentir felices, según Greenfield. Crea una sensación de síndrome de abstinencia cuando no estamos usando el teléfono.

"Cada vez que esperamos una respuesta, hay una expectativa de que el mensaje sea positivo y, si es positivo, recibimos un golpe de dopamina. Y si no lo es, no lo recibimos. Pero como es imprevisible, el smartphone funciona como la máquina tragamonedas más pequeña del mundo. Esa imprevisibilidad nos mantiene en esa búsqueda anticipada y eso es lo que crea ese síndrome de abstinencia", según Greenfield.

AT&T ha publicado un video que ofrece una muestra de por qué los conductores persisten en enviar mensajes de texto a pesar del peligro. Los conductores mencionan sentirse desconectados, ansiosos y con síntomas de síndrome de abstinencia.

Pero aún hay esperanza para los peores infractores. Según la encuesta, las personas más propensas a enviar mensajes de texto y conducir son también las más propensas a tomar medidas para dejar de hacerlo.

Para combatir el envío de mensajes de texto al volante, AT&T ofrece una aplicación DriveMode para el iPhone.

La aplicación silencia las alertas de mensajes de texto entrantes, se enciende automáticamente cuando se conduce a 15 MPH o más y se apaga poco después de que uno se detiene, dijo AT&T en un comunicado. Cuando se activa, responde automáticamente a los mensajes de texto SMS y MMS entrantes para que el remitente sepa que el destinatario del texto está conduciendo. También permite a los padres de conductores jóvenes recibir un mensaje de texto si la aplicación está desactivada, según AT&T.

Fuente <http://www.foxnews.com/tech/2014/11/10/dangerous-psychology-texting-while-driving/>