



Demuestran que es posible averiguar si una persona es hábil a la hora de tomar decisiones con un simple análisis de saliva

09/11/2012

* Investigadores de la **Universidad de Granada** han descubierto que las personas menos hábiles en la toma de decisiones presentan mayores niveles de cortisol (la hormona del estrés) en la saliva que aquellas con buena toma de decisiones, cuando se enfrentan a una situación estresante. * Este trabajo ha sido publicado recientemente en la prestigiosa revista **Psychoneuroendocrinology**.

Un estudio realizado en la **Universidad de Granada** por investigadores del grupo de Neuropsicología y Psiconeuroinmunología Clínica ha demostrado que las personas secretan más o menos cortisol en saliva en función de la habilidad que tengan para tomar decisiones cuando se enfrentan a una situación de estrés.

Para realizar este estudio, sus autores emplearon sofisticadas técnicas de realidad virtual, mediante las cuales las participantes (todas mujeres) fueron expuestas a una situación de estrés. De este modo, su trabajo ha concluido que las personas menos hábiles en la toma de decisiones presentaban al comienzo de una situación estresante mayores niveles de cortisol en saliva que aquellas con buena toma de decisiones. Además, estos niveles de cortisol fueron mayores a lo largo de toda la situación estresante.

El cortisol, la llamada hormona del estrés, es una hormona esteroide que se segrega desde la corteza suprarrenal en respuesta a la hormona llamada corticotropina (ACTH, por sus siglas en inglés), una hormona de la hipófisis en el cerebro. La secreción de ésta afecta a diferentes sistemas corporales, y juega un importante papel en el sistema musculoesquelético, el aparato circulatorio, el sistema



inmunitario, el metabolismo de grasas, carbohidratos y proteínas y el sistema nervioso.

Recientemente, diversos estudios han demostrado cómo el estrés puede afectar al proceso de toma de decisiones de las personas. Este componente cognitivo podría ser considerado como uno de los recursos de afrontamiento al estrés con el que cuenta el individuo a la hora de enfrentarse a una situación estresante.

Estudio con 40 mujeres sanas

Para comprobar si una adecuada habilidad de toma de decisiones podría modular la respuesta al estrés ante un estresor psicosocial, las investigadoras de la **UGR** evaluaron el proceso de toma de decisiones de 40 mujeres sanas, a quienes se les aplicó una prueba denominada “Iowa Gambling Task”. Posteriormente expusieron a las participantes a una situación estresante presentada en un entorno virtual, consistente en la realización de un discurso frente a una audiencia virtual. La respuesta al estrés se evaluó mediante la activación del eje hipotalámico hipofisario adrenal, con medidas de cortisol en saliva en diferentes momentos de la situación estresante.

Las profesoras Isabel Peralta y Ana Santos destacan que este estudio “indica de manera preliminar que una buena habilidad de toma de decisiones, que puede ser un importante recurso para el afrontamiento del estrés, está asociada con menores niveles de cortisol ante un estresor psicosocial”. Esto implicaría menores repercusiones del estrés psicológico en la salud ante las diferentes situaciones de toma de decisiones a la que la vida nos enfrenta.

El artículo *Can decision-making skills affect responses to psychological stress in healthy women?* ha sido publicado recientemente en la prestigiosa revista *Psychoneuroendocrinology*. Sus autores son Ana Santos Ruiz, María Carmen García Ríos, Juan Carlos Fernández Sánchez, Miguel Pérez García, Miguel Ángel Muñoz García y María Isabel Peralta Ramírez, del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la **Universidad de Granada**.



En la imagen adjunta, las investigadoras de la **UGR** Ana

Santos e Isabel Peralta.

Contacto:

Ana Santos Ruiz.

Facultad de Psicología de la [Universidad de Granada](#).

Correo electrónico: LINK: --LOGIN--5a90c696af626cad6d111ba495cce332ugr[dot]es -
> --LOGIN--5a90c696af626cad6d111ba495cce332ugr%5Bdot%5Des

- LINK: PROPUESTA DE ACTIVIDADES CANAL UGR -> <http://canal.ugr.es/prensa-y-comunicacion/item/54050>
- [CANALUGR: RECURSOS DE COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN](#)
- [VER MÁS NOTICIAS DE LA UGR](#)
- [BUSCAR OTRAS NOTICIAS E INFORMACIONES DE LA UGR PUBLICADAS Y/O RECOGIDAS POR EL GABINETE DE COMUNICACIÓN](#)
- [RESUMEN DE MEDIOS IMPRESOS DE LA UGR](#)
- [RESUMEN DE MEDIOS DIGITALES DE LA UGR](#)
- [Perfiles oficiales institucionales de la UGR en las redes sociales virtuales Tuenti, Facebook, Twitter y YouTube](#)

Gabinete de Comunicación - Secretaría General

[UNIVERSIDAD DE GRANADA](#)

Acera de San Ildefonso, s/n. 18071. Granada (España)

Tel. 958 243063 - 958 244278

Correo e. LINK: --LOGIN--4cad18c244d7b8d748ef5426a7d97380ugr[dot]es -> --
LOGIN--4cad18c244d7b8d748ef5426a7d97380ugr%5Bdot%5Des

Web: <http://canal.ugr.es>