

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## **Wielozadaniowość to mniej istoty szarej w mózgu**



**U osób skłonnych do używania wielu urządzeń na raz obserwuje się zmniejszoną gęstość istoty szarej w przedniej części zakrętu obręczy - wynika z badań opublikowanych w „PLOS ONE”.**

We współczesnym świecie coraz częściej próbujemy wykonywać wiele czynności w tym samym momencie, licząc, że w ten sposób zaoszczędzimy choć trochę cennego czasu i energii. Niestety wiele badań pokazuje, iż wiąże się to również z obniżeniem jakości realizowanych zadań. Teraz naukowcy z Uniwersytetu Sussex (W. Brytania) zwracają uwagę na inną niepokojącą kwestię - osoby mające skłonność do korzystania z wielu urządzeń na raz (np. telefonów, komputerów, telewizorów) mają mniej istoty szarej w obszarze mózgu odpowiedzialnym za kontrolę poznawczą i emocjonalną.

Badacze za pomocą funkcjonalnego rezonansu magnetycznego przeanalizowali strukturę mózgu u 75 dorosłych osób o różnym stopniu nasilenia skłonności do wykonywania wielu czynności jednocześnie.

Stwierdzili, że u „wielozadaniowców” występuje mniejsza koncentracja ciał komórek nerwowych (substancji szarej) w przedniej części zakrętu obręczy, co może wiązać się z rozpraszalnością uwagi i problemami emocjonalnymi. Na razie nie wiadomo, czy angażowanie się w wiele czynności na raz powoduje zanik istoty szarej w mózgu, czy to niska gęstość substancji szarej wywołuje nasilenie tendencji do wielozadaniowości.

„Dokładny mechanizm tych zmian nie jest jasny. Możliwe, że osoby z mniejszą przednią częścią zakrętu obręczy są bardziej podatne na wykonywanie wielu czynności z powodu słabszej regulacji funkcji poznawczych i społeczno-emocjonalnych. Możliwe też, że częstsze angażowanie się w wiele czynności prowadzi do zmian strukturalnych w tej części mózgu. Aby ustalić związek przyczynowo-skutkowy potrzeba długotrwałych badań” - komentuje Kep Kee Loh, współautor badania.

Źródło: [www.nauka.pap.pl](http://www.nauka.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22272.html>



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## [Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## **Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...**

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## **Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością**

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## **Norowirusy - biegunka brudnych rąk**

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## **Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży**

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

### **Partnerzy**