

[Akceptuję](#)

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

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



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

[Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#)

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

[Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy