

Una gota de saliva para descubrir la habilidad a la hora de tomar decisiones

Un estudio de la UGR demuestra que las personas segregan más o menos cortisona dependiendo de su capacidad de elección



Los exámenes, por ejemplo, pueden generar mucho estrés a los alumnos. PEPE TORRES

R. Castro / GRANADA

A veces la vida te ofrece varios caminos. Momentos en los que cuesta trabajo decidir. Elegir entre cocido o pizza puede ser fácil. Sin embargo, seleccionar la mejor opción ante una situación de estrés puede ser una tarea mucho más complicada. Pues bien, ahora resulta que la facilidad que encuentran algunas personas a la hora de elegir, bajo situaciones de estrés, depende de la cortisona, algo que se puede captar en algo tan común como la saliva.

Un estudio realizado en la Uni-

HORMONA

La secreción del cortisol juega un papel muy importante en todo el organismo

versidad de Granada por investigadores del grupo de Neuropsicología y Psiconeuroinmunología Clínica ha demostrado que las personas segregan 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. Su trabajo concluyó que las personas menos habilidosas 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 al enfrentarse a una situación estresante.

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, con-

sistente 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.

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".

DEMOSTRADO

El estudio se hizo con más de 40 mujeres a quienes se les aplicó la prueba en un entorno estresante

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 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 UGR.

En breve

Jara defiende la importancia de las cajas en el sistema financiero

FINANZAS. El presidente de CajaGranada, Antonio Jara, defendió ayer la importancia de las cajas de ahorro en el sistema financiero español, lo que a su juicio avalan datos como que al cierre del primer trimestre del año, lideran las cuotas de mercado de recursos de clientes con un 50,8 %, frente al 42,2% de los bancos. En lo que respecta a BMN, su cuota de mercado a nivel nacional se sitúa en el 3,5 %. Jara se refirió al posicionamiento de BMN a nivel provincial para detallar que hay cuatro provincias en las que la cuota de mercado de recursos de clientes se sitúa por encima del 10%. Se trata de Granada, Murcia, Baleares y Jaén.

Desarticulan una banda por una estafa de textil de 100.000 euros

SUCESOS La Guardia Civil desarticuló estos días en Pinos Puente una banda organizada por la estafa de cerca de 100.000 euros a al menos 10 empresas que vendían calzado y ropa y ha recuperado miles de estas prendas. Los arrestados hacían creer al vendedor que le habían transferido una cantidad de dinero, hecho que luego no era así.

Agreden a los empleados de un bar por no calentar una lata por no calentar una lata

GRANADA. Dos hombres de 31 y 42 años fueron detenidos en Granada por supuestas amenazas a tres empleados de un establecimiento de hostelería regentado por asiáticos, a dos de los cuales lesionaron las manos con un alma blanca ante la negativa de estos a calentarles una lata de comida en el microondas.

40 ANIVERSARIO DE LA CONVENCION DEL PATRIMONIO MUNDIAL

Nuestra Alhambra

JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS PARA GRANADINOS Y RESIDENTES 16 Y 17 DE NOVIEMBRE DE 2012

GRACIAS POR VUESTRA PARTICIPACION EXITO DE CONVOCATORIA - PLAZAS AGOTADAS

Patrimonio de la Humanidad y General de España CONSEJERIA DE CULTURA Y DEPORTE

40 años



PISTAS
PARA
HOY



1

Sierra Nevada Primer gran outlet

La asociación de empresarios de Sierra Nevada celebra el primer gran outlet de la temporada 2012-2013 en la estación de esquí.



2

Jornadas Fisioterapeutas y redes sociales

Más de 150 fisioterapeutas amplían en Granada sus conocimientos sobre redes sociales y entornos 2.0 en la sala Triunfo del Hospital Real.



3

Sindicatos CCOO elige secretario

Francisco Carbonero inaugura el XIII Congreso de la Unión Provincial de Granada que elige a su secretario general y nueva ejecutiva.

Vivir en Granada

Los tesoros interactivos de Al-Ándalus

El Pabellón del Legado Andalusi en el Parque de las Ciencias alberga una nueva exposición con paneles divididos por temáticas sobre un periodo de gran trascendencia científica para la ciudad

R. Castro / GRANADA

Catorce módulos táctiles repartidos por todo el espacio divididos en siete temáticas diferentes en los que se profundiza en la historia, la cultura y los saberes científicos desarrollados en época andalusí conforman la nueva exposición del pabellón del Legado Andalusi en el Parque de las Ciencias. Una muestra que cuenta con una amplia e interesante oferta de juegos y de aprendizaje interactivo bajo el título *Los tesoros de la ciencia en Al-Andalus* para ahondar de una manera apasionante en la historia. La directora de la Fundación Legado Andalusi, Francisca Pleguezuelos, y la delegada de Educación, Cultura y Deporte, Ana Gámez, presentaron ayer esta novedosa plataforma pedagógica que viene a complementar la oferta didáctica del Pabellón del Legado Andalusi.

Esta exposición interactiva financiada con fondos FEDER ofrece de una forma innovadora soporte a la realización de visitas guiadas. Esto es, a través de juegos lúdicos que hacen interaccionar al visitante con el espacio, y a la vez entretenerlo y divertirlo. Al superar cada fase, el jugador recibe como premio una pieza de un museo virtual, y el objetivo final está en completar dicho museo. Tras un módulo donde se introduce en el juego y se ofrece una amena introducción a Al-Andalus y las aportaciones científicas de esta época a lo largo de la historia, los jugadores van recorriendo



Los paneles de los 'tesoros' ya se pueden visitar en el Pabellón.



Francisca Pleguezuelos y Ana Gámez durante la presentación.

diferentes temas como Astronomía, Física, Óptica, Agronomía, Arquitectura, o Música. El desarrollo del proyecto ha sido posible gracias a las aportaciones de especialistas en las distintas materias y en colaboración con la Asociación de Jugueteros de Valencia. Todas las ilustraciones han sido creadas de manera original y exclusiva para este proyecto por el dibujante granadino Carlos Hernández, creador de Cecilio, mascota de los Campeonatos del Mundo de Esquí Alpino de 1996, y el desarrollo corrió a cargo de la empresa Control InSitu, filial

EN DETALLE

Módulos

Catorce módulos repartidos por todo el espacio divididos en siete temáticas profundizan en la historia, la cultura y los saberes desarrollados durante el período andalusí.

Juego

Los visitantes podrán disfrutar de un apasionante juego en el que irán recorriendo diferentes temáticas: Agronomía, Arquitectura, Música o Astronomía.

Ilustraciones

Todas las ilustraciones han sido creadas por el dibujante Carlos Hernández, creador de Cecilio, mascota de los Campeonatos del Mundo de Esquí Alpino de 1996.

del grupo granadino Trevenque.

Ana Gámez, destacó la vocación educativa del Legado Andalusi, que se pone de manifiesto con esta plataforma interactiva que, "será una magnífica herramienta de aprendizaje a disposición del profesorado y para compartir en familia". Gámez también afirmó que éste es un fruto más de la colaboración entre esta Fundación y la Consejería de Educación que se ha plasmado también en las rutas educativas a partir de la firma de un convenio de colaboración y en los talleres realizados en el pabellón.

Buscando la media naranja en Capileira

Dos empresarias alpujarreñas organizan una reunión de solteros para estrechar lazos de amistad

Juanjo Romero / ALPUJARRA

Encontrar pareja puede resultar una tarea difícil y más si es cierto eso que dicen de que cuanto más se busca menos se encuentra. Sin embargo dos empresarias alpujarreñas han decidido romper con el sentido

de esta frase con la celebración de un encuentro de *singles* en la localidad de Capileira.

Así, la Taberna La Cueva de Capileira se va a convertir en un punto de encuentro entre los participantes que deseen asistir a la reunión de solteros y solteras y que gracias a este evento, por qué no, podrían muy pronto dejar de estarlo. Se trata de una iniciativa promovida por dos empresarias quienes

han organizado durante todo el día de hoy una reunión de *singles*. El objetivo, según señalan los organizadores, "es el de que las personas que lo deseen puedan encontrar su media naranja o si lo prefieren, solo una relación de amistad".

Fina Romero, propietaria de la Taberna donde se va a realizar el encuentro, asegura que "la idea surgió a raíz de tener constancia que hay mucha gen-

te que está sola y que no cuenta con un lugar abierto donde poder reunirse y conocer gente. Pretendemos crear un punto de encuentro donde personas de ambos sexos puedan reunirse y conocerse, disfrutando de un ambiente de fiesta, con actuaciones de música, karaoke, baile, donde confluyan y se compartan aficiones y amistad".

El encuentro, abierto a todo el mundo y sin límite de edad,

comenzará a partir de la una de la tarde con la recepción de los asistentes, quienes comenzarán la jornada con un buen tapeo acompañado de música y actuaciones durante toda la jornada. "Además las personas que lo deseen tendrán la oportunidad de conocer este bello rincón de la Alpujarra Alta", señala Romero. Un encuentro en el que se prevé que cuente con una gran afluencia de público. "Ya nos han llamado muchas personas interesadas en asistir a esta reunión de *singles*", asegura una de las organizadoras.

Deportes

RUGBY ● División de Honor B



Aspecto del campo de Fuentenueva durante uno de los entrenamientos de esta semana.

J. J. MEDINA

David y Goliath se retan en el barro de Fuentenueva

El mal estado del terreno de juego marca el duelo entre el Universidad de Granada y el Alcobendas, un recién descendido

J. J. Medina / GRANADA

Universidad de Granada y Alcobendas Rugby. David y Goliath, que vendría a ser lo mismo, se miden mañana en la cuarta jornada. Un encuentro que tendrá un protagonista: Fuentenueva. El campo universitario está en muy malas condiciones tras las lluvias de las últimas semanas, y se convertirá en un barrizal con los jugadores sobre él. Dictará sentencia entre granadinos y madrileños, superiores sobre la mesa al ser un equipo recién descendido (12:00 horas).

Aparte de la ciénaga que espera a ambos equipos, el equipo de Mano-

lo Conde le aguarda de nuevo la lucha contra las lesiones. A los habituales Agustín Pérez, Fernan, Chavo, Jean-Marc, Drelon, Sojo y Damián Jurado, esta semana se unen Antorcha, con problemas en una rodilla, Emil y Juan Hernández, con un esguince cervical. Tampoco estarán Rayces y Forlán, que iba a debutar mañana pero no podrá hacerlo por un error burocrático.

En la convocatoria figuran Hitos, Pablo Sanz, Rubén Barros, Cañizares y Burgos en la primera línea, Damián Campana, Gustavo y Kramer en la segunda, y Diego, Gringo, Quitián, Samu, Jordi Plats y Rafa de terceras. Ángel Lasala y

Fabián serán los medios, mientras que en la tres cuartos figuran Valentín, Migue García, Palomino, Rubén Arenas, Cebolla y Requena. Están citados los juveniles Gosio, Cecilio y Jorge como reservas.

El 'Uni', que esta semana ha ensayado mucho juego cerrado, encaminado a conservar la pelota, necesita llevarse ya sus primeros puntos a la mochila antes del trascendental duelo en Sevilla de la semana que viene. El Alcobendas ha ganado los dos partidos que ha jugado y busca en Granada saltar la zona alta.

Arbitra el catalán Bogas, el mismo que ante Les Abelles.

BALONMANO

El Innovasur no se puede permitir más pinchazos

Los de Manolo Páez se enfrentan mañana al BM Leganés con la urgencia de sumar

David Rodríguez / OGÍJARES

El Innovasur espera remontar el vuelo mañana en su casa ante el BM Leganés (12:30 horas). Los ogijareños llegan con la necesidad de sumar puntos para no descolgarse en la tabla, tras la accidentada derrota de la pasada semana en Lanzarote por un gol. El equipo de Manolo Páez pagó en tierras canarias la baja de Manolo Hidalgo y el cansancio por la incomodidad del viaje, ya que un retraso del avión provocó que el conjunto granadino llegara justo a la hora de partido.

El técnico granadino se mostró positivo por haber podido entrenar con normalidad durante toda la semana. Páez aseguró que su equipo saltará a la cancha "con ansias de triunfo". El conjunto granadino afronta el envite sin ninguna baja y con la confianza de que el público puede ser un factor clave en el encuentro.

A los madrileños, a pesar de ser recién ascendidos, no les está pesando factura el ritmo de competición. El BM Leganés va quinto con nueve puntos, seis más que los granadinos que van undécimos. Su principal arma es una defensa agresiva por la que reciben pocos goles, aunque también les acarrea muchas exclusiones.

HORARIOS DEL FIN DE SEMANA

RUGBY. DIVISIÓN HONOR B

Arquitectura-CAU Valencia	S	16:15
Liceo Francés-Les Abelles	S	16:30
Ing. Industriales-Helvetia	S	16:30
U. Granada-Alcobendas	D	12:00

RUGBY. 1ª REGIONAL ANDAL.

Granada 2004-Marbella	D	13:00
-----------------------	---	-------

BALONMANO. 1ª ESTATAL

Innovasur-Leganés	D	12:30
-------------------	---	-------

BALONMANO. 2ª NACIONAL

Ciudad Málaga-Maracena	D	12:30
------------------------	---	-------

BALONMANO. 1ª ANDALUZA

Valverde Motril-Maravillas	S	17:00
----------------------------	---	-------

Aut. Genil Padul-Índalo	S	20:00
-------------------------	---	-------

BALONMANO. 1ª NACIONAL F.

Granada Sur-Mijas	D	12:30
-------------------	---	-------

BALONMANO. 1ª AND. JUV. F.

Las Gabias-Mijas	D	10:30
------------------	---	-------

Los Olivos-Almuñécar	D	13:00
----------------------	---	-------

FÚTBOL SALA. 2ª DIVISIÓN F.

Univ. Granada-Almagro	S	18:00
-----------------------	---	-------

Santa Rosa-Monachil	S	19:30
---------------------	---	-------

FÚTBOL SALA. 1ª ANDALUZA F.

Zaidín 90-Vva. Concepción	D	11:15
---------------------------	---	-------

FÚTBOL SALA. 3ª DIVISIÓN M.

Sala 12 Las Gabias-El Ejido	S	18:30
-----------------------------	---	-------

Rincón-Peligros	S	18:30
-----------------	---	-------

FÚTBOL SALA. LIGA NAC. JUV.

Mercomotril-P. Barcelonista	S	17:00
-----------------------------	---	-------

Elektrokamyr-Isleño	S	18:30
---------------------	---	-------

VOLEIBOL. 1ª DIVISIÓN MASC.

Miajadas-Univ. Granada	S	19:30
------------------------	---	-------

VOLEIBOL. 2ª NACIONAL FEM.

Am. Cádiz-LG Sierra Elvira	S	18:30
----------------------------	---	-------

GeolIntegral-Sermud Arm.	D	11:30
--------------------------	---	-------

TENIS MESA. 1ª DIVISIÓN MAS.

San José-Cort. La Matanza	S	18:00
---------------------------	---	-------

Labradores-C. Granada B	D	11:30
-------------------------	---	-------

TENIS MESA. 2ª DIVISIÓN MAS.

Huétor Vega-C. Granada C	S	17:00
--------------------------	---	-------

Chiclana V.-Sp. Albolote	S	18:00
--------------------------	---	-------

HOCKEY PATINES. 1ª NAC. SUR

Claret-Patin Cájjar	D	12:00
---------------------	---	-------

WATERPOLO. 2ª DIVISIÓN AND.

Jaén B-Motril	D	12:00
---------------	---	-------

BALONCESTO. 1ª NACIONAL M.

Tourapp FCBG-Athinasport	S	18:00
--------------------------	---	-------

SDI Baza-Murgi	S	18:30
----------------	---	-------

BALONCESTO. FAB GRANADA

Maristas-Almuñécar	S	18:30
--------------------	---	-------

Monachil-Maracena	S	20:00
-------------------	---	-------

Armillá-La Zubia	D	12:30
------------------	---	-------

BALONCESTO. 1ª DIVISIÓN FEM.

ADEBA-RACA-UGR	S	19:30
----------------	---	-------

Pr. Granada-Pr. Málaga	S	20:30
------------------------	---	-------

FÚTBOL SALA

Jornada propicia para el 'Uni' y el Atlético Monachil

Las granadinas reciben en casa al Almagro y las serranas viajan a la cancha del Santa Rosa

E. Abuín / GRANADA

El Universidad de Granada afrontan una jornada favorable para sacar rédito. Las capitalinas reciben esta tarde a las 18:00 horas al Almagro, que va séptimo en la Liga con un punto más que el 'Uni'. Las jugadoras de Armando Rodríguez 'Mandi' no han empezado bien la temporada y contra las manchegas tienen una buena oportunidad para resarcirse de la dolorosa derrota de la semana pasada por 6-1 en la cancha del

Cádiz. La mala noticia es que hay algunas futbolistas tocadas, por lo que aún no se sabe quién entrará en la convocatoria. El Almagro, que ya le dio problemas a las granadinas el curso pasado, basa su juego en el equilibrio de las transiciones ataque-defensa.

El otro equipo granadino de la categoría, el Atlético Monachil, también tiene ante sí una buena ocasión de escalar puestos en la tabla. Las serranas viajan a la cancha del Santa Rosa, último clasificado con un punto. El encuentro, que se disputa esta tarde a las 19:30, puede servir para que el Atlético Monachil prolongue su buena racha de resultados, después de vencer la semana pasada al Atlético Torcal.

BALONCESTO

Tourapp y Athinasport, a por su primera victoria

Empieza la Primera femenina en la que juegan el Presentación y el RACA-UGR

E. Abuín / GRANADA

El duelo más destacado de la segunda jornada del Grupo D de Primera Nacional masculina es el derbi provincial entre el Tourapp Fundación CB Granada y el Athinasport Churriana (Pabellón Veleta, 18:00). Ambos equipos buscan su primera victoria del curso. Mientras, el SDI Baza buscará mantener el liderato ante el Murgi (18:30).

El técnico del Tourapp, Pablo Pin, dispondrá de todos sus

hombres para medirse al equipo de La Vega, ya que Pablo García está listo para debutar. Por su parte, el entrenador churriano Pablo Megías tiene la duda de si podrá contar con Gonzalo Sánchez. La fuerza del conjunto capitalino pasa por controlar el rebote y no descuidar el balance defensivo, mientras que el Athinasport intentará imponer un ritmo de juego alto para aprovecharse de tener una rotación más completa.

Por otro lado, arranca la Primera División femenina. El Presentación Granada debuta en categoría nacional ante su homónimo de Málaga (20:30, Pabellón Maristas), mientras que el RACA-UGR buscará empezar con triunfo ante el ADEBA cordobés (19:30).



Difícil salida para el Maracena. PEPE TORRES