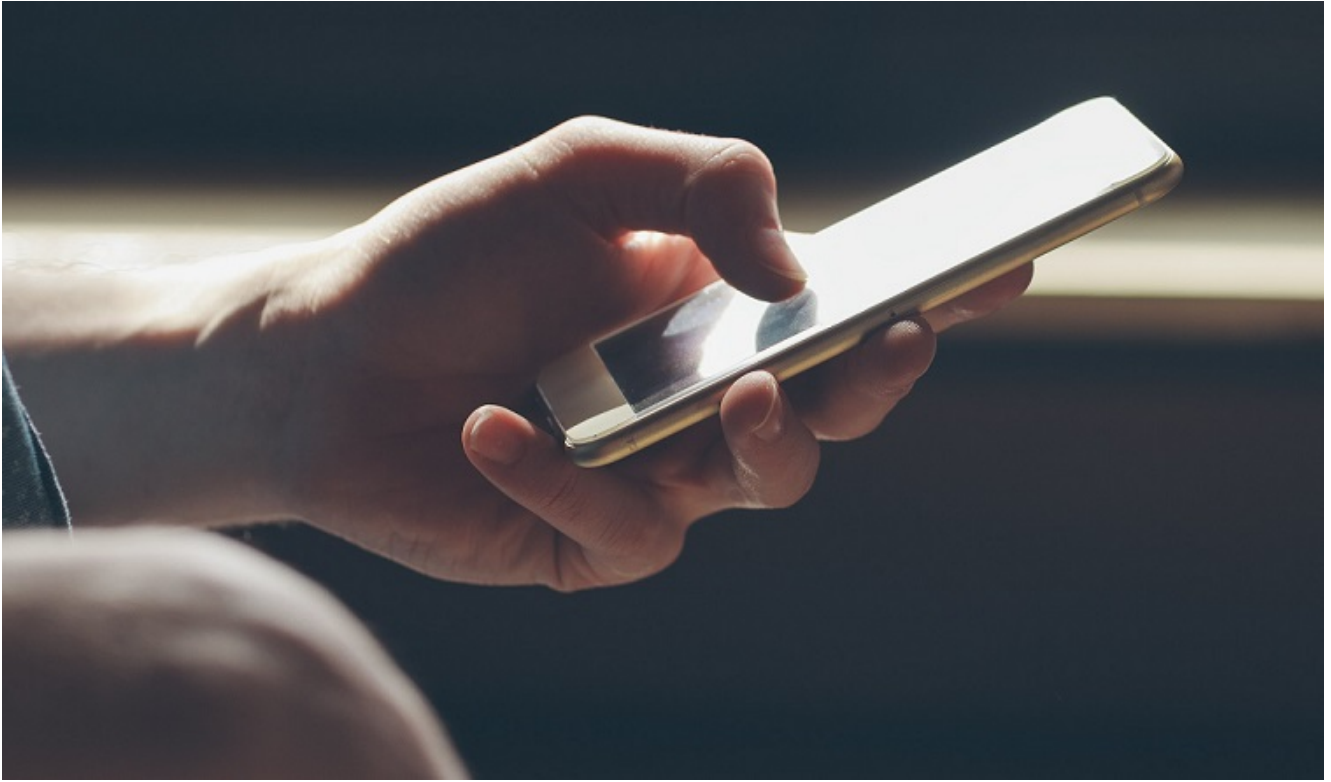


Síndrome de vibración fantasma



¿Alguna vez te ha pasado que sientes que tu celular vibra en tu bolsillo cuando no es así? Pues no estás solo en esto, el llamado síndrome de vibración fantasma del móvil es algo muy real y le ocurre a la gran mayoría de personas.

Somos tan dependientes de nuestros smartphone o teléfonos móviles que incluso creemos sentirlo en nuestro bolsillo cuando ni siquiera lo llevamos con nosotros; los científicos se pusieron la tarea de descubrir porque creemos que nos vibra el teléfono cuando este no lo hace, ahora veamos qué han descubierto.

Síndrome de vibración fantasma del celular

El móvil nos acompaña a todos lados y está tan integrado a nuestro diario vivir que no es extraño sentir vibraciones o

tonos de notificaciones que nunca existieron.

No estamos locos por sentir esto, sino que estamos ante una situación o condición psicológica cada vez más común: el síndrome de la vibración fantasma, el cual se produce por efectos de nuestra ansiedad para que ocurra algo relacionado con nuestro celular.

Estamos en constante anticipación de poder usar nuestro celular que ante cualquier estímulo en la zona, bien sea en la pierna, nuestro cerebro lo interpreta como que si el teléfono estuviera vibrando y quizás hasta sonando, ya que eso es justamente lo que queremos que ocurra.

Los receptores de la piel que registran vibraciones fantasmas son dos, están dedicados separadamente a sentir frecuencias altas y bajas. La vibración del teléfono móvil cae justamente en el medio (30 a 180 Hz), por lo que ambos receptores serían capaces de captarlo.

Eso qué quiere decir que, mientras más dependientes somos del celular, cualquier vibración que detecten los receptores de la piel será interpretada como proveniente de teléfono; sufriendo así de fácil, el síndrome de la vibración fantasma.

¿Quiénes están más expuesto al Síndrome de vibración fantasma?

En 2012 se realizó una investigación con dos mil estudiantes universitarios y un 90% confesó sentir que su celular vibra cuando realmente no lo hacía; 9 de cada 10 participantes, dijeron que este problema les molestaba muy poco o en realidad nada, demostrando de esta manera que dichos sucesos son parte de sus vidas.

Todo esto se trata gracias a la ansiedad, mientras más ansiosas en general sean las personas, mayores son las posibilidades de padecer del síndrome de la vibración

fantasma, que puede ir asociado al uso intensivo que se le dan a los teléfonos, especialmente los smartphones.

El grupo de personas que suelen sentir vibraciones fantasmas en sus móviles son los jóvenes, esto se debe a que están constantemente usando sus smartphones en las redes sociales.

Como dato curioso

El usuario promedio que ya es bastante adicto al móvil su teléfono unas 150 veces al día.

La solución para este curioso fenómeno psicológico sería darse pausas, dejar el móvil de lado y realizar una actividad relajante que no tenga que ver con la tecnología, al menos durante unos 30 minutos diarios y así poco a poco dejaremos de sentir el síndrome de la vibración fantasma.

Es realmente curioso esto ¿No?, ¿Sufres o has sufrido del síndrome de la vibración fantasma?

Fuente: tecnomagazine.