

Audios de WhatsApp: por qué los expertos no recomiendan escucharlos en velocidad rápida

20/07/2024



Los audios de WhatsApp son una forma rápida de comunicarse, aunque muchas veces se pueden recibir mensajes de voz demasiados extensos, por lo cual escucharlos puede resultar una molestia. Para evitar esta situación, la aplicación de mensajería instantánea incorporó la herramienta de acelerar la reproducción para que escucharlos no tome tanto tiempo, aunque esto no sería muy saludable para el cerebro.

Los expertos explican que esta práctica que escuchar mensajes a mayor velocidad puede tener un impacto negativo en la salud cerebral, que podría ser afectada a largo plazo. De acuerdo con el sitio especializado *Saber Vivir*, varios estudios demuestran que **este hábito puede fomentar una respuesta instintiva sin un procesamiento cognitivo profundo.**



El profesor español experto en Neurociencia, **Diego Redolar**, se suma a esta teoría sugiriendo que reproducir los mensajes de voz en velocidad rápida **podría afectar a la memoria a corto plazo**. Sin embargo, agregó que aún no se encontró evidencia concreta de que esto llegue a producir cambios cerebrales a largo plazo. Por otra parte, se cree que esta costumbre **podría causar una comprensión superficial de la información**, descuidando los detalles realmente importante del mensaje.

Pero también hay expertos que afirman que, si bien la reproducción rápida puede afectar comprensión de la información, **este hábito podría mejorar la concentración y la atención** debido a la necesidad de procesar la información rápidamente.

¿Cómo evitar reproducir los audios de WhatsApp en velocidad rápida?

Si bien no evidencia científica de los efectos negativos para la salud cerebral, consecuencia de escuchar los audios de [WhatsApp](https://www.whatsapp.com) a velocidad rápida, igualmente **los expertos recomiendan los siguientes consejos:**

- **Poner límites de tiempo:** al momento de escuchar los audios, se debe definir un tiempo específico para escucharlos, ya que esto ayudara a lograr un balance en la comunicación digital con otras actividades importantes.
- **Darle a la prioridad al contenido:** en vez de escuchar los mensajes de voz acelerados, elegir cuáles son realmente relevantes e importantes, para darles atención.

☒ *Nuevo icono en los grupos de WhatsApp. Foto: Redes sociales.*

- **Llamar por teléfono:** comunicarse a través de las llamadas, en vez de depender solo de los audios de WhatsApp, ya que así se podrá llegar a una conexión más profunda, junto con una mejor comprensión.

De esta forma, **se da prioridad a la información y no se pierde contenido importante**, lo cual suele ocurrir cuando se reproducen los mensajes de voz a mayor velocidad.

Fuente: Canal 26