

# Mudar atenção por três segundos dobra chances de errar o que estava fazendo

Uma pequena interrupção de três segundos, como o tempo para desligar um celular, é suficiente para dobrar as chances de você cometer um erro na atividade que estava fazendo. A conclusão é de uma pesquisa da Universidade Estadual de Michigan.

O estudo foi feito com 300 pessoas que desenvolviam atividades no computador. "Interrupções curtas são comuns na sociedade atual, de uma mensagem de texto a um colega de trabalho batendo a cabeça na parede. Mas os erros gerados podem ser desastrosos principalmente em profissionais como mecânicos de aeronaves e médicos de emergências", disse Erik Altmann, pesquisador chefe.

O experimento foi financiado pela Marinha norte-americana e é a primeira a examinar como interrupções pequenas podem dificultar certas tarefas. O estudo foi publicado no "Journal of Experimental Psychology: General".

## ESTUDO

Os participantes deveriam fazer uma série de tarefas, em ordem, como identificar se uma letra estava mais perto do final ou do começo do alfabeto. Mesmo sem interrupções, alguns erros foram cometidos. Quando foi pedido que eles digitassem duas letras (o que demorou 2,8 segundos) e voltassem ao exercício, eles passaram a ter o dobro de chance de errar a sequência.

Altmann ficou surpreso com o fato de que mesmo uma interrupção tão rápida pode ter um grande efeito. "A interrupção não demorou mais do que um passo da tarefa, então, o tempo não foi um fator que causaria o erro. Então, por que a taxa de erro aumentou? A resposta é que os participantes mudaram a atenção de uma tarefa para outra. Mesmo interrupções momentâneas podem ser chocantes quando ocorrem durante um processo que exige um raciocínio considerável".