

دراسة حديثة: تلوث الهواء يقلل من قدرة الإنسان على التركيز



كشفت دراسة عن أن قدرة الشخص على التركيز على المهام اليومية تتأثر بالتعرض لتلوث الهواء حتى لو لفترة قصيرة.

ووفقاً لصحيفة "الغارديان" البريطانية، حلل باحثون بيانات اختبارات شارك بها "26" شخصاً قبل وبعد تعرضهم إما لمستويات عالية من الجسيمات الدقيقة باستخدام دخان شمعة، أو هواء نظيف لمدة ساعة.

وجدت الدراسة، التي نُشرت في مجلة "نيتشر كومونيكشنس" (Communications Nature)، أن: "التعرض القصير لتركيزات عالية من الجسيمات الدقيقة أثر على انتباه المشاركين الانتقائي والتعرف على المشاعر بغض النظر عما إذا كانوا يتنفسون بشكل طبيعي أو من خلال أفواههم فقط. ويمكن أن يؤثر هذا على قدرة الفرد على التركيز على المهام وتجنب عوامل التشيت والتصرف بطريقة اجتماعية مناسبة".

وقال الدكتور توماس فاهيرتي من جامعة برمنغهام، وهو أحد المسؤولين عن الدراسة: "في الحياة اليومية، قد يتشتت انتباهك بأشياء كثيرة، على سبيل المثال، أثناء التسوق في السوبر ماركت، حيث

يتشتت انتباهك في الممرات الطويلة وتكون غير قادر على التركيز على ما يهمك".

ووجدت الدراسة أيضاً أن المشاركين أدوا بشكل أسوأ في الاختبارات المعرفية التي تقيّم التعرف العاطفي بعد التعرض لتلوث الهواء بالجسيمات الدقيقة.

وقال فاهيرتي: "كانوا أسوأ في إدراك ما إذا كان الوجه خائفاً أم سعيداً، وقد يكون لذلك آثار على كيفية تصرفنا مع الآخرين".

وأضاف: "هناك دراسات ارتباطية تبحث في تلوث الهواء على المدى القصير وحوادث أو جرائم عنيفة. لذلك؛ يمكنك ربط هذه الأشياء معاً بشكل مبدئي، وربما تقول إن سبب ذلك قد يكون نوعاً من الخلل العاطفي".

ووجدت الدراسة أن الذاكرة العاملة للمشاركين لم تتأثر؛ ما يشير إلى أن بعض وظائف المخ أكثر مرونة في التعرض للتلوث على المدى القصير من غيرها.

ويعد تلوث الهواء أحد أكبر عوامل الخطر البيئية على الصحة العامة على مستوى العالم. وقد قدرت منظمة الصحة العالمية أن تلوث الهواء الخارجي يسبب نحو 4.2 مليون حالة وفاة مبكرة سنوياً في جميع أنحاء العالم.

ويقول الباحثون إن: "نتائج الدراسة قد يكون لها آثار اجتماعية واقتصادية كبيرة، بما في ذلك على التحصيل التعليمي وإنتاجية العمل".

والدراسة هي جزء من مشروع أكبر سيختبر تأثير مصادر مختلفة من الملوثات، والتي يأمل الباحثون أن تساعد في إعلام السياسات المستقبلية وتدابير الصحة العامة.

وقال فاهيرتي: "ينظر المشروع الأكبر... في مصادر مختلفة من الملوثات، وهي أكثر شيوعاً. مثل انبعاثات الطهي وحرق الأخشاب وعوادم السيارات ومنتجات التنظيف؛ لمعرفة ما إذا كان بإمكاننا دفع السياسة في اتجاه معين".