

Lea los **dos** textos detenidamente, y luego responda a la **Pregunta 1** en el cuadernillo de preguntas.

Texto A

Las multitareas y sus peligros

El exigente estilo de vida que llevamos hoy en día nos empuja a hacer varias cosas al mismo tiempo. Ocurre tanto en el trabajo como en la vida personal: atendemos al teléfono mientras ponemos en orden nuestros papeles o incluso cocinamos a la vez que ayudamos a nuestros hijos con los deberes. En ocasiones llevamos hasta lo absurdo esta antinatural tendencia de compaginar acciones, como cuando nos creemos capacitados de enviar mensajes de texto a través del móvil al mismo tiempo que realizamos otras actividades. Y lo más grave es que no percibimos la irracionalidad de este comportamiento. Nos creemos capacitados para hacerlo. 5

Nuestros cerebros se distraen fácilmente. La mayoría de nosotros solo podemos concentrarnos en una cosa a la vez. Si no somos conscientes de ello, lo más probable es que se resienta nuestro rendimiento en el trabajo y en las ocupaciones de la vida cotidiana. 10

Aunque existe alguna evidencia preliminar que alude a la posibilidad de entrenarse en la multitarea, los científicos tienden a pensar que, si bien podemos mejorar en las tareas que practicamos repetidamente, no ocurre lo mismo con el concepto genérico de multitarea. Es decir, por mucho que nos esforcemos en hacer muchas cosas a la vez durante un período prolongado de tiempo no vamos a desarrollar mejores habilidades multitarea. 15

Cuando pasamos de una tarea a otra, no percibimos que se trata de un cambio drástico. Sin embargo, utilizar diferentes técnicas, tonos y estilos para cada tarea provoca un desgaste mental que conduce a errores que afectan la calidad del trabajo realizado, como los temidos errores ortográficos. Además, varios estudios demuestran que con la multitarea aumenta la producción de cortisol, la hormona del estrés, así como la de la adrenalina, que en lugar de hacer que trabajemos más rápido, solo sobreestimula el cerebro, provocando la temida niebla mental o confusión. 20

En conclusión, si realizamos diferentes tareas al mismo tiempo, no lograremos entender lo que estamos haciendo, nuestros trabajos perderán calidad y nos tomarán el doble de tiempo.

Texto B**Ventajas de las multitareas**

Actualmente, puede ser muy útil para las empresas contratar personal que pueda desempeñar diferentes actividades y ello supone un beneficio doble, tanto para éstas como para quienes tengan la habilidad de poder realizar múltiples tareas de forma rápida y eficaz. Dado que es un tema de actualidad, deberíamos conocer y aprovechar sus beneficios.

No todas las personas saben llevar a cabo tareas complejas. Es una habilidad que se suele adquirir con el tiempo, pero aquellos que están más acostumbrados a desenvolverse en este tipo de situaciones, tienen más posibilidades de realizar bien y mejor las tareas que son más complicadas. 5

Los defensores de la multitarea explican que el hacer tantas cosas a la vez, que no es nada fácil, permite asumir más tareas de las que estamos acostumbrados y por tanto también adquirir más responsabilidades. 10

Si estás habituado a realizar muchas tareas a la vez, eres el candidato ideal para muchas empresas. Hoy en día se buscan personas flexibles y esta tendencia irá expandiéndose a lo largo del tiempo. Cuantas más experiencias tengas en este tipo de situaciones, más posibilidades tendrás de conseguir un empleo en el mundo moderno en que vivimos. Ya puedes añadirlo como un valor más a tu *curriculum vitae*. ¡Te llamarán seguro! 15

Está claro que cuando estás inmerso en diferentes labores no hay lugar para el aburrimiento. El trabajo se convierte en algo muy dinámico y entretenido. Por tanto, y aunque en algún momento podamos sufrir algo de estrés, el tiempo se pasa muy rápido mientras trabajamos de esta manera. 20

Si cumplimos correctamente con todos nuestros cometidos tendremos un aumento de la productividad. Las personas que suelen hacer multitareas tienen alta capacidad de concentración para realizarlas y podrán organizar mejor su tiempo.

En definitiva, hay muchos beneficios en la multitarea, pero debemos hacerlo bien y prepararnos para ello. Muchas personas tienden a agobiarse con tantas obligaciones y pueden no acabar ninguna, con lo que las horas se van y la productividad baja. 25

BLANK PAGE

Permission to reproduce items where third-party owned material protected by copyright is included has been sought and cleared where possible. Every reasonable effort has been made by the publisher (UCLES) to trace copyright holders, but if any items requiring clearance have unwittingly been included, the publisher will be pleased to make amends at the earliest possible opportunity.

To avoid the issue of disclosure of answer-related information to candidates, all copyright acknowledgements are reproduced online in the Cambridge Assessment International Education Copyright Acknowledgements Booklet. This is produced for each series of examinations and is freely available to download at www.cambridgeinternational.org after the live examination series.

Cambridge Assessment International Education is part of Cambridge Assessment. Cambridge Assessment is the brand name of the University of Cambridge Local Examinations Syndicate (UCLES), which is a department of the University of Cambridge.