



## La presa de decisiones en pandèmia (i sempre)

(Luis Feliu, Director General CEDEC)

Prendre decisions és important en qualsevol moment de la nostra vida professional. Durant les situacions de crisi, encara és més important prendre bones decisions, però el nostre cervell no es troba en les millors condicions possibles: l'estrès, la pressió de resultats i la por d'equivocar-se juguen en la nostra contra.

El nostre cervell necessita condicions específiques per a funcionar de forma equilibrada. La neurociència encara no sap amb exactitud quals són els factors idonis, però sí ha investigat els factors que provoquen una disminució de les funcions cognitives i executives, com el prendre decisions, planificar, organitzar o prioritzar accions.

Les emocions fortes i l'estrès activen el sistema límbic, exciten l'amígdala, augmenten el nivell de neurohormones com el cortisol i neurotransmissors com l'adrenalina i entrem en manera activació corporal, fugida o atac, deixant les funcions cognitives reduïdes.

Actualment, la majoria de nosaltres estem en una situació d'alerta davant la situació general provocada per la pandèmia i la indefinició de la solució final, la qual cosa pot provocar errors en el pensament crític i en la interpretació d'informació que impactarà en l'encert en les decisions que prenguem. Necessitem reflexions sobre si estem caient en els errors que ens impedeixen avançar en la situació actual.

Quins són els 4 errors principals que impedeixen prendre bones decisions en pandèmia (i sempre)?

Continua llegint: <https://cedec-group.cat/ca/coneixement/la-presa-de-decions-en-pandemia-i-sempre>

Teniu un projecte, una idea, i voleu explicar-nos-la? Pregunteu-nos: [questions@cedec.cat](mailto:questions@cedec.cat)

## La toma de decisiones en pandemia (y siempre)

(Luis Feliu, Director General CEDEC)

Tomar decisiones es importante en cualquier momento de nuestra vida profesional. Durante las situaciones de crisis, aún es más importante tomar buenas decisiones, pero nuestro cerebro no se encuentra en las mejores condiciones posibles: el estrés, la presión de resultados y el miedo a equivocarse juegan en nuestra contra.

Nuestro cerebro necesita condiciones específicas para funcionar de forma equilibrada. La neurociencia aún no sabe con exactitud cuales son los factores idóneos, pero sí ha investigado los factores que provocan una disminución de las funciones cognitivas y ejecutivas, como el tomar decisiones, planificar, organizar o priorizar acciones.

Las emociones fuertes y el estrés activan el sistema límbic, excitan la amígdala, aumentan el nivel de neurohormonas como el cortisol y neurotransmisores como la adrenalina y entramos en modo activación corporal, huida o ataque, dejando las funciones cognitivas reducidas.

Actualmente, la mayoría de nosotros estamos en una situación de alerta ante la situación general provocada por la pandemia y la indefinición de la solución final, lo cual puede provocar errores en el pensamiento crítico y en la interpretación de información que impactará en el acierto en las decisiones que tomemos. Necesitamos reflexiones sobre si estamos cayendo en los errores que nos impiden avanzar en la situación actual.

¿Cuáles son los 4 errores principales que impiden tomar buenas decisiones en pandemia (y siempre)?...

Siga leyendo: <https://cedec-group.com/es/conocimiento/la-toma-de-decisiones-en-pandemia-y-siempre>

¿Tiene algún proyecto, alguna idea? ¿Desea contárnoslo? Consúltenos a [preguntas@cedec.es](mailto:preguntas@cedec.es)

## Segueixi'ns a les Xarxes Socials Siguenos en las Redes Sociales

Mantingui's al dia de totes les novetats de CEDEC. Podrà conèixer les nostres últimes notícies i accedir a continguts d'actualitat rellevants per la seva empresa.

[BLOG](#)