



Estrés, habilidades motoras, pulsaciones y la imposibilidad de actuar sobre la aleta del seguro al manejar un arma de fuego, ¿mito o realidad? ¡Todo un clásico! Dr. Bill Lewinski. Force Science Institute.

Hay debates sobre determinados aspectos del [combate con armas de fuego](#) que encajan perfectamente en la categoría [¿mito o realidad?](#), como si [se puede apuntar en un enfrentamiento armado](#) o el tema del que hoy toca volver a hablar, el estrés, las habilidades motoras, las pulsaciones y la imposibilidad de actuar sobre la aleta del seguro al manejar un arma de fuego. Creo que, entre otros, ya [Mike Pannone](#) lo explicó bastante bien en su artículo [Habilidades motoras finas vs. gruesas](#).



La cuestión es que hay quien sostiene que el estrés de un enfrentamiento armado, con el matiz de «sorpresivo», anula las habilidades motoras finas, de forma que no se puede accionar la aleta del seguro con el dedo pulgar porque se sostiene que tal movimiento entra dentro de la categoría de habilidad motora fina. Yo es algo que no comprendo, porque considerar que el movimiento del dedo pulgar para accionar la aleta del seguro, que consiste simplemente en desplazar el pulgar hacia abajo para desactivar el seguro, o hacia arriba para activarlo, entra dentro de la categoría de habilidad motora fina, supone aceptar que también entran en dicha categoría el movimiento del dedo índice para presionar el disparador, el movimiento del dedo pulgar u otro dedo para desactivar los mecanismos de retención de la funda pistolera, el movimiento del dedo pulgar o el índice para presionar el botón de la retenida del cargador, o el movimiento del dedo pulgar para accionar la palanca de la retenida de la corredera o del cierre.

Por lo tanto, si el estrés derivado de un enfrentamiento armado «sorpresivo» (no sé si ese matiz de «sorpresivo» que acentúan algunos resulta determinante y existe otro estrés diferente para cuando el enfrentamiento armado es «no sorpresivo») supone perder las habilidades motoras finas, como muchos afirman y algunos estudios parecen acreditar, entonces no sería posible accionar la aleta del seguro con el pulgar, pero tampoco sería posible presionar el disparador con el dedo índice, ni desactivar los mecanismos de retención de la funda pistolera con el dedo pulgar u otro dedo, ni presionar el botón de la retenida del cargador con el dedo pulgar o el índice, ni accionar la palanca de la retenida de la corredera o del cierre con el dedo pulgar.

El caso es que hay quien afirma que sí que se puede, o él sí que ha podido, hacer todo eso en un enfrentamiento armado «sorpresivo», o «no sorpresivo». Así que, o bien se equivocan unos, o bien se equivocan otros, o también podrían equivocarse tanto unos como otros. ¿Entonces qué hacemos? ¿aceptamos que no se pueden realizar tales acciones por el estrés y no las entrenamos? ¿o aceptamos que sí que se pueden realizar tales acciones y las entrenamos hasta la saciedad porque podría irnos la vida en ello?



Estrés, habilidades motoras, pulsaciones y la imposibilidad de actuar sobre la aleta del seguro al manejar un arma de fuego, ¿mito o realidad? ¡Todo un clásico! Dr. Bill Lewinski. Force Science Institute.

Y si no se puede accionar la aleta del seguro en el caso de un enfrentamiento armado «sorpresivo», ¿cómo es posible que durante tantos años y aún a día de hoy la [forma más extendida de portar una pistola 1911 sea en condición uno](#), “montada y en seguro” [cocked and locked], es decir, cartucho en recámara, amartillada y con el seguro de aleta activado, sin que parezca que haya sido un problema desactivar el seguro de aleta con el dedo pulgar a la hora de hacer uso del arma en enfrentamientos armados «sorpresivos» reales?.

En fin, yo no entiendo nada, pero «del Caserío, me fío».

En esta ocasión, rescato un artículo del [número 64](#), con fecha 26ENE07, del boletín *Noticias Ciencia de la Fuerza* [[Force Science News](#)], que publica bimensualmente el *Instituto Ciencia de la Fuerza* [[Force Science Institute Ltd.](#)], en el que el [Dr. Bill Lewinski](#), da respuesta a una pregunta sobre este tema planteada por un policía.

¿REALMENTE UN ALTO RITMO CARDIACO AFECTA NEGATIVAMENTE A LAS HABILIDADES MOTORAS FINAS?

Todos sabemos que durante un enfrentamiento armado el ritmo cardiaco aumenta drásticamente y a partir de 175 pulsaciones por minuto se produce una pérdida de habilidades motoras finas. Nuestros instructores de tiro consideran que tirar de la corredera de la pistola hacia atrás con un movimiento de agarre (con la corredera entre la palma de la mano y la punta de los dedos) para introducir un cartucho en recámara o para solucionar una interrupción resulta más adecuado que accionar con el dedo pulgar la palanca de la retenida de la corredera. Eso se debe a que el movimiento de agarre implica músculos grandes en lugar de la habilidad motora fina de utilizar el pulgar.

¿Realmente existe tanta diferencia? El dedo índice no tiene ningún problema para tirar del disparador bajo mucho estrés. ¿Por qué no respondería el dedo pulgar del mismo modo? Llevo muchos años utilizando el dedo pulgar para accionar la palanca de la retenida de la corredera, pero no sé si funcionará bajo mucho estrés. ¿Alguna idea al respecto?

Heath Appleton, Deputy Probation Officer II

Gang Intervention & Suppression Unit Kern County (CA) Probation Department

El [Dr. BILL LEWINSKI](#), Director del *Instituto Ciencia de la Fuerza* [[Force Science Institute Ltd.](#)] en la Universidad del Estado de Minnesota-Mankato, RESPONDE:

La idea de que un alto ritmo cardiaco provoca una pérdida de habilidades motoras finas es un mito. El auténtico culpable de esa pérdida es el miedo o la ira, no el ritmo cardiaco en sí.



Estrés, habilidades motoras, pulsaciones y la imposibilidad de actuar sobre la aleta del seguro al manejar un arma de fuego, ¿mito o realidad? ¡Todo un clásico! Dr. Bill Lewinski. Force Science Institute.

Cierto es que si alcanzas un ritmo cardiaco muy alto debido al esfuerzo físico e intentas apuntar con una pistola y respirar a la vez, por ejemplo, puedes experimentar algunos problemas MENORES con las habilidades motoras finas. Sin embargo, ten presente que los atletas de biatlón bien entrenados realizan disparos de precisión con un ritmo cardiaco de 180 pulsaciones por minuto e incluso los jugadores de baloncesto más normalitos consiguen anotar canastas bastante buenas con el pulso muy alto durante un partido muy competitivo.

Perdemos habilidades psicomotoras de forma mucho más notoria por el miedo o la ira, principalmente por nuestra incapacidad para centrar nuestra atención adecuadamente bajo estrés (distress). La clave radica en el adiestramiento. Con un programa de adiestramiento adecuado que te lleve a practicar repetidamente tus habilidades bajo un alto grado de estrés, aumentarás tu confianza y reducirás el impacto de las emociones negativas de forma que puedas mantener la destreza motora fina cuando te enfrentes con situaciones reales. En otras palabras, un buen adiestramiento puede ayudarte a lograr un historial de rendimiento de éxito bajo mucho estrés.

Heath, no te preocupes por el pulgar.

¡Compártelo!

- [Tweet](#)
- [Correo electrónico](#)
- [Telegram](#)
- [WhatsApp](#)
- [Imprimir](#)