

Sentir, pensar, decidir

Gilberto Nieto Aguilar

De la misma colección de Neurociencia y Psicología, el Volumen 2 se titula “El cerebro y las emociones”, escrito por los profesores y neurocientíficos de la Universidad de Barcelona Tiziana Cotrufo y Jesús Ureña, quienes describen qué son, cómo surgen y cuáles son las características más relevantes de las principales emociones, que durante siglos el hombre ha contrapuestos a la racionalidad, como si las emociones fueran un estorbo para la correcta ejecución de nuestras funciones más elevadas.

A la premisa filosófica y biológica que cuestiona “¿Qué es el hombre?”, la respuesta ha sido: “Un animal racional”. Pero el desarrollo de la neurociencia afectiva ahora nos dice que las emociones cumplen una tarea esencial en el éxito de la especie humana, y resultan determinantes para una correcta toma de decisiones y el logro de cualquier tipo de aprendizaje en el ser humano. Diversos estudios han demostrado que recordamos más y mejor aquellas informaciones que están vinculadas a las emociones.

Los autores comienzan por la historia evolutiva de las emociones en el ser humano, consideradas como las protagonistas de las vidas de cada quien. Intentan hacer una reivindicación razonada y sensata de ellas, tratando de encontrar respuestas sobre qué es una emoción y definir sus rasgos esenciales desde el punto de vista científico y la manera en que las distintas teorías han intentado clasificarlas.

El proceso que sufre una persona al pasar de una emoción a otra en cuestión de segundos, desde edades tempranas, le despiertan el afán de saber cómo surgen y de conocer si existe alguna manera consiente de evitar que rebasen un momento crítico. Los autores revisan un breve esquema de los principales modelos con los que han sido clasificadas, en dónde considera la ciencia que se asientan, cuáles son las emociones más comunes (alegría, tristeza, asco, miedo, ira), y cómo intervienen en nuestra vida.

Como evidencias teóricas de los temas abordados, complementan las explicaciones con la descripción de curiosos experimentos y célebres casos clínicos, que representan el obligado aval empírico que separa al conocimiento de la especulación, por más que ésta última haya impulsado los primeros estudios. “Los casos patológicos –dicen los autores– son la mejor prueba de que la razón, en ausencia de emociones, resulta mucho más imperfecta”.

Ante la dificultad de definir la experiencia íntima y personal que representa una emoción, difícil de medir objetivamente, intentan delimitar su significado, poner nombre a cada emoción y considerar los comportamientos observables. Una emoción generalmente está asociada a una modificación que puede ser fisiológica, cognitiva, gestual, y que puede pasar desapercibida para el observador común.

En esta colección se otorga una amplia bibliografía para aquellos espíritus curiosos que gustan de conocer y estudiar más al fondo un tema. Además de los casos clínicos que han existido, se mencionan casos más recientes así como la cita de ejemplos de interés popular como películas, canciones o eventos que han tenido difusión y son conocidos para el lector, lo que hace más amena la lectura sin caer en la simplicidad.

gnetoa@hotmail.com