

## **Eu: 2.1. A Cognição – A Emoção e a Hipótese do Marcador Somático**

### **I – Questões de interpretação**

1. Segundo Fraisse e Piaget as situações que desencadeiam emoções são de carácter inédito e caracterizam tais situações como novas, insólitas e inesperadas. As situações são consideradas novas quando não estamos preparados para enfrenta-las, por exemplo, um bombeiro, ao chamamento de um incêndio, experimenta nenhuma ou pouca emoção visto que já não é uma situação em que se estreie. Mas um habitante o espectador do incêndio, que não sabe o que fazer para parar o fogo e permanece impotente, esse emociona-se. As situações insólitas são aquelas que mesmo que se repitam, são sempre novas, porque não existem “boas respostas”. Por exemplo, quando escutamos barulho violento e repentino desencadeia-se uma reação emotiva. As situações que não esperamos revelam que a grande causa de emoção é a surpresa.
2. A emoção é uma reação agradável ou desagradável do organismo, geralmente de curta duração e grande intensidade a um acontecimento inesperado, que interfere na relação que o sujeito estabelece com a realidade. Entende-se por afetos as predisposições do indivíduo para reagir de modo penoso ou agradável nas reações de vinculação que estabelecem com outras pessoas ou outros elementos do mundo que o envolve, as afetos podem assumir várias formas, mas constituem sempre uma espécie de capacidade apreciativa da realidade que nos leva a encará-la como algo de atraente ou repulsivo, como algo que se detesta ou em que se gosta de estar.
3. O neurocientista António Damásio, estudioso das emoções, diferencia emoção e sentimento, embora não siga a ortodoxia. Desta forma, Damásio associa emoções e alterações corporais como, por exemplo, a aceleração dos ritmos circulatório e respiratório, e alia os sentimentos à experiência consciente dessas mesmas alterações. O sentimento é, portanto, a consciência ou experiência do que se está a passar no organismo, no momento da emoção. “Se uma emoção é um conjunto de alterações no estado do corpo associadas a certas imagens mentais que ativaram um sistema cerebral específico, a essência do sentir de uma emoção é a experiência dessas alterações em justaposição com as imagens mentais que iniciaram o ciclo.”
4. A dificuldade está em identificar se há um grupo de emoções básicas em que é possível observar em qualquer ser humano independentemente do seu padrão cultural. A alegria, a aversão, a cólera, o medo, a tristeza, o desprezo e a surpresa foram consideradas as emoções básicas por Charles Darwin contudo só foram atestadas pelo estudo de Paul Ekman praticamente um século depois. Ainda hoje são discutidas este conjunto de emoções já que estas podem variar consoante a teoria psicológica estudada. As emoções básicas são identificadas por critérios, sendo dois deles: As emoções básicas têm de ser praticamente as mesmas em todas as pessoas de diferentes culturas, obedecendo a uma espécie de padrão natural com tendência para

a generalidade ou universalidade; Tem quem se manifestar muito cedo na vida do homem. Assim, tem grande hipóteses de assentar em base inata, não dependendo da experiência da pessoa.

5. Os psicólogos categorizam algumas emoções como secundárias, como, por exemplo, a satisfação que sentimos quando encontramos um ente querido ou o desgosto ao recebermos uma notícia trágica de morte, envolvem uma avaliação cognitiva dos acontecimentos, o que implica associações a determinados estímulos já presenciados e com aprendizagens anteriormente feitas. Este tipo de emoções, em termos fisiológicos, envolve a participação do córtex pré-frontal, implicam uma avaliação cognitiva das situações e também o recurso a aprendizagem feitas, as emoções secundárias são racionalizadas. Este tipo de emoções são caracterizadas como secundárias porque podem variar de cultura para cultura, ao contrário daquilo que acontece nas emoções básicas em que pouco ou nada variam de cultura para cultura. Isto porque umas são inatas e as outras racionalizadas.
6. Quando uma pessoa se emociona podem existir alterações fisiológicas como as que se verificam a seguir. Respiração ofegante, tremuras musculares, modificação da cor do rosto, dilatação das pupilas, aceleração do ritmo cardíaco, aumento da pressão arterial, decréscimo de secreção salivar, libertação de açúcar pelo fígado, reações pilomotoras, alteração na resistência elétrica da pele, alterações na composição química do sangue, alteração ou paragem da digestão e estimulação das glândulas endócrinas designadamente das suprarrenais
7. O sistema nervoso autónomo é uma espécie de piloto automático, um mecanismo de autorregulação que controla o funcionamento interno do organismo, nomeadamente os batimentos cardíacos, digestão e a atividade glandular. É constituído pelos subsistemas simpático e parassimpático, com funções diferenciadas e antagónicas, mas coordenadas, de modo a garantir a estabilidade do nosso meio interno. Deste modo, se um destes subsistemas contribui para o dispêndio de energias, o outro tende a economizá-las. Geralmente, nas situações de acalmia, predomina a atividade do parassimpático. Já em situações de emergência, como é o caso das emoções fortes, atua o sistema simpático.
8. O sistema nervoso central também participa nos comportamentos emotivos, sobretudo por ação do sistema límbico e do sistema ativador reticular. É o sistema límbico que ativa o sistema simpático para o controlo de algumas alterações fisiológicas. Fá-lo permanecer alerta e leva-o a mobilizar as energias necessárias às reações adequadas, urgentes nas situações emotivas, enquanto que o sistema ativador reticular alerta as diversas áreas do córtex cerebral, de modo a estarem aptas a emitir repostas ajustadas. Neste sentido, discrimina os estímulos, avisando o cérebro das mensagens que requerem a sua atenção para certo tipo de resposta. É uma espécie de

campanha que emite sinais para o córtex cerebral entrar também em ação em situações de emergência.

## **II - Questões de discussão**

9. O rosto é considerado a parte mais visível que apresentamos ao mundo, ou seja, tudo o que fazemos, no caso concreto na tomada de uma decisão, tem reflexos na expressão facial da emoção, os movimentos dos músculos do rosto refletem estados psicológicos associados a uma determinada decisão, a relação entre a emoção e expressão facial é muito importante pois a expressão facial revela o que nós próprios estamos a sentir, a emoção.
  
10. A teoria de James-Lange – William James foi o primeiro psicólogo a elaborar uma teoria sobre o papel do corpo nas emoções. O senso comum diz-nos que sorrimos porque estamos contentes ou felizes, que choramos porque estamos tristes. Assim, se ao atravessar a rua um carro surge subitamente na sua direção, esse estímulo provoca medo e esta emoção por seu lado faz com que, por exemplo, o coração acelere. Tudo isto parece óbvio, mas em 1884 James virou tudo do avesso. A ideia já tinha sido avançada pelo filósofo francês Descartes séculos antes. Assim James defendeu que as pessoas se sentem alegres porque riem e sorriem, tristes porque choram e zangadas porque gritam e insultam e amedrontadas porque tremem. A percepção do perigo provoca a aceleração cardíaca ligada à fuga e estas reações fisiológicas e comportamentais são a causa de sentirmos medo. O filósofo dinamarquês Carl Lange propôs quase ao mesmo tempo a mesma ideia – daí o nome da teoria. Para Lange a sequência de eventos numa experiência emocional é o inverso do que a nossa experiência subjetiva nos diz. Em primeiro lugar, uma situação provoca uma excitação fisiológica que, por sua vez, conduz a uma resposta física. Só então interpretamos ou percebemos a resposta física como uma emoção. Sermos desajeitados em público faz com que coremos e esta resposta física funciona como uma emoção: sentir vergonha. Os estados emocionais resultam de estados fisiológicos desencadeados por estímulos ambientais. No acidente referido, o senso comum diria que tremeu ou ficou quase petrificado por causa do medo e da ansiedade. Segundo a Teoria James-Lange, viu primeiro os carros acidentados, tentou desviar-se, mas embateu neles. Como consequência disso, o seu coração disparou e as suas mãos começaram a tremer. As emoções de medo e de raiva ou zanga sucederam a essas reações corporais, como nos sugere esta teoria.

## **III – Problemas**

11. O conceito de universalidade emocional foi corroborado pelos inquéritos que Paul Eckman aplicou a pessoas de diversas culturas. Apresentou fotografias com expressões faciais diferentes, pedindo aos sujeitos que identificassem a emoção presente em cada pessoa fotografada. Desde brasileiros a japoneses, as pessoas inquiridas tendiam a reconhecer as emoções nas fotografias, identificando-as de modo semelhante. A tese da universalidade das emoções encontra também fundamento nas conclusões de Carrol Izard, que observou comportamentos emotivos de crianças de tenra idade. Por não se fazer notar ainda a influência do meio sociocultural, é relativamente fácil descobrir, nestas circunstâncias, de que a emoção se trata. As emoções universais são todas aquelas que se manifestam como efeito da hereditariedade, pois manifestam-se independente da cultura ou sociedade, como exemplo a tristeza e raiva.
12. A Hipótese do marcador somático, realizado pelo António Damásio, impõe várias questões como que tipo de relação existe entre a razão e a emoção? A tese dominante na história intelectual defende a autonomia da razão face à emoção. A primeira para se afirma com supremacia teria de se livrar da influência perturbadora das emoções, vistas como causas de erro, lapsos, desequilíbrio e de irracionalidade. Este paradigma de separação entre razão e emoção, dualista, foi acentuado pelo filósofo Descartes. António mostra uma suposição onde os processos de deliberação e de tomada de decisão implicam o recurso à emoção, ou seja, como é possível verificar esta hipótese? Será uma hipótese válida?

Existem evidências extraídas de casos de experiência invocada e que constituem elementos de prova: são os casos de pessoas que sofreram lesões cerebrais consideradas de “referência” no domínio da neurologia.

Um desses casos é o acidente de Phineas Gage onde o doente conservou intactas as capacidades intelectuais, todavia, o córtex pré-frontal foi danificado e isso causou graves perturbações na personalidade de Gage, na capacidade de avaliação das situações sociais e da capacidade de planear e decidir, ou de prever as consequências dos atos. Registaram-se as perturbações emocionais e situações de descontrolo. A identidade pessoal, social e moral foram seriamente alteradas: Gage já não é Gage.

Uma das críticas mais fortes à hipótese de Damásio é a insuficiente evidência empírica que suporta a sua validade. A evidência empírica (as provas de facto, os dados objetivos) deve ser direta. A evidência empírica recolhida por Damásio e pelos seus colaboradores mais próximos baseia-se em estudos circunstanciais de pessoas lesionadas (os casos de experiência invocada do campo da neurologia) na área do córtex pré-frontal, ou na realização de testes psicológicos, como o IGT (Iowa Gambling Task). Os cientistas mais críticos da HMS de Damásio exigem métodos de prova e técnicas de análise e recolha de dados mais fidedignos e fiáveis, o que permitirá apresentar dados mais consistentes em defesa da HMS.