

# Mapa das emoções relaciona áreas do corpo com cada emoção



Pesquisadores finlandeses criaram o primeiro mapa que aponta em que lugar do corpo **as emoções humanas** se manifestam.

Cada emoção parece despertar reações em diferentes áreas do corpo, independentemente do fato de as pessoas terem culturas diferentes.

"As emoções não ajustam apenas a nossa **saúde mental**, mas também nossos estados corporais. Desta forma, nos preparam para reagir rapidamente frente aos perigos, mas também diante de qualquer oportunidade que o ambiente nos ofereça, como uma interação social prazerosa", disse Lauri Nummenmaa, da Universidade de Aalto.

## COLORINDO AS EMOÇÕES

Para o estudo, os cientistas realizaram cinco experimentos com 701 pessoas.

Os voluntários deveriam localizar em que lugar sentiam o efeito de uma série de emoções básicas como **raiva, medo, nojo, felicidade, tristeza ou surpresa**, e outras mais complexas como ansiedade, amor, depressão, desprezo, orgulho, vergonha e inveja.

Os participantes tinham que colorir em uma figura humana as zonas que se ativavam mais ou menos enquanto ouviam as palavras que designam cada uma destas emoções.

O vermelho era usado para marcar as áreas de maior atividade e o azul, as com menos sensações.

Os cientistas então observaram uma grande coincidência, acima de 70%, das áreas coloridas.

Para garantir que estes mapas não dependiam da cultura ou idioma dos voluntários, os cientistas repetiram os exercícios em três grupos com nacionalidade diferentes: finlandeses, suecos e taiwaneses.

Mesmo assim as coincidências foram observadas, levando à conclusão de que as **respostas físicas às emoções** podem ser universais.



*Emoções básicas ativam sensações na parte superior do corpo. Imagem: Aalto University/Turku PBC Centre*

### AMOR E FELICIDADE

Segundo o mapa das emoções, as duas emoções que causam uma **reação corporal** mais intensa e em todo o corpo são o amor e a felicidade.

Também é possível ver que, no geral, todas as emoções básicas ativam sensações na parte superior do corpo, onde estão os órgãos vitais, principalmente, na cabeça.

"Observar a topografia das sensações corporais disparadas pelas emoções permite criar uma ferramenta única para a investigação das emoções e pode até oferecer **indicadores biológicos de transtornos emocionais**," concluíram os cientistas em seu estudo.

**Fonte: Diário da Saúde**