

Estudo mostra que bom humor melhora a saúde e a inteligência



O senso de humor depende da sua idade, gênero, QI, inclinação política, grau de extroversão e da saúde do seu circuito de recompensa de dopamina.

Isso foi apontado por um estudo realizado pelo neurocientista cognitivo, Scott Weems, que é autor do livro "*Ha! The Science of When We Laugh and Why*" (Há! A ciência de quando rimos e por quê, em tradução livre). A publicação aborda como nosso cérebro processa um mundo complexo e como isso, por sua vez, nos transforma em quem somos.

MAIS TEMPO RINDO

Embora animais riam, **os humanos passam mais tempo rindo do que exibindo qualquer outra emoção**. Porém, o que confere a algumas pessoas um senso de humor melhor do que o de outros? Sem surpresa, os extrovertidos costumam rir mais e produzir mais piadas; contudo, em testes que medem a capacidade de escrever legendas de charges, as pessoas mais neuróticas, agressivas, manipuladoras e dogmáticas eram as mais engraçadas. Como diz o velho ditado, os melhores humoristas são tristes.

Talvez, escreve Weems, as pessoas infelizes são "mais propensas do que as outras a falar de forma desajeitada ou não aceitável socialmente para fazer uma boa piada". Ou como pessoas de Aristóteles à Gertrude Stein ressaltaram, a **infelicidade** pode gerar a **criatividade**, e as melhores piadas exigem ginástica intelectual e uma observação astuta da natureza humana.

Segundo ele, "interpretar nosso mundo é um evento criativo". Em sua raiz, as piadas têm a ver com conflitos e "detectar erros é a forma pela qual nossos cérebros transformam conflitos em recompensas". Sem essa capacidade, não seríamos capazes de tomar decisões, aprender novos truques ou nos darmos bem com os outros.

HOMENS E MULHERES

Existem questões importantes que o livro não aborda. Em particular, a discussão do **humor masculino e feminino** é interessante, mas insatisfatória. Ao explicar por que os homens costumam fazer mais piadas, embora as mulheres tenham uma tendência maior de rir delas, o autor especula que as mulheres encaram as piadas "com uma mente mais aberta". Entretanto, suspeita-se que existam **fatores culturais** em ação que têm a ver com poder e submissão, além de antigas estratégias evolucionárias de galanteio.

[Leia mais...](#)

Fonte: UOL

