

Chorar faz bem? Só se os amigos derem uma força, diz cientista



Ao lado do vexame da seleção canarinho na Copa 2014, o **choro** foi a principal notícia dos últimos dias. Das lágrimas de emoção vertidas pelos jogadores brasileiros no mundial, que foram alvo de críticas, às derramadas por tristeza e vergonha após a derrota contra a Alemanha, nunca se viu tanta gente aos prantos em tempos recentes.

Para quem estuda as **emoções humanas**, o noticiário trouxe um repertório completo de "tipos de choro": o de emoção e alegria, protagonizado por Neymar ao entrar em campo pela primeira vez no mundial e o de dor e tristeza, ao ter a coluna fraturada. Já o berreiro de um vereador japonês acusado de corrupção --que se tornou viral na internet-- pode ter sido de constrangimento, mas também uma estratégia de defesa.

Até o suposto choro de um **elefante** foi destaque. Voluntários que resgataram o animal maltratado durante 50 anos dizem ter visto lágrimas saírem de seus olhos quando o bicho foi libertado. Embora casos como esse já tenham sido relatados, os cientistas afirmam que o ser humano ainda é considerado o **único animal que chora** por razões emocionais.

De acordo com Ad Vingerhoets, professor de psicologia clínica da Universidade Tilburg, na Holanda, e autor de diversos estudos e livros sobre o choro, a explicação para essa capacidade única estaria no **desenvolvimento do neocórtex**. Essa é a área mais complexa do **cérebro humano**, formada "por último", em termos evolutivos, e responsável pelo processamento de informação visual.

No contexto da evolução, não há dúvidas quanto à utilidade dessa manifestação emocional. "Lágrimas são extremamente importantes para a transmissão de uma mensagem de desamparo e necessidade de socorro, bem como para a redução da agressão em potenciais agressores", explica Vingerhoets no site que leva seu nome. Ele acrescenta que, para as mulheres (supostamente mais choronas), esse comportamento pode ter sido muito importante para proteger os filhos ao longo dos séculos.

CHORAR DE ALEGRIA

Se abrir o berreiro é uma estratégia inteligente para alcançar um objetivo, como explicar o choro de felicidade? O pesquisador holandês defende que lágrimas desse tipo não são necessariamente ligadas à alegria, pura e simples, mas a acontecimentos tristes da história pessoal de quem chora.

Para ilustrar, ele usa o caso da ciclista Leontien van Moorsel, que chorou bastante ao conquistar a medalha de ouro nos Jogos Olímpicos de verão em Sydney, em 2000. Mais tarde, a atleta explicou que as lágrimas se deviam ao fato de ter sofrido muito para recuperar a forma, após enfrentar uma grave anorexia.

Seguindo essa lógica, as pessoas choram ao se casar, por exemplo, porque sabem que estão dizendo 'adeus' a uma fase importante de suas vidas --o que não deixa de ser dramático. "Outra explicação é que a pessoa está tão feliz, tão sobrecarregada de emoção, que não sabe como se comportar e se expressar. E isso também é uma forma de impotência", pondera Vingerhoets.

"Somos seres emocionais, por isso é que se diz que a razão é escrava das paixões", diz Angela Donato Oliva, professora do programa de pós-graduação em psicologia social da Uerj (Universidade do Estado do Rio de Janeiro), citando o filósofo David Hume. Ela observa que os cérebros estão conectados pelas emoções, e é por meio delas que as pessoas se comunicam, até mesmo com os animais. "Os pensamentos são interpretações", diz.

Questionada se o excesso de lágrimas dos jogadores da Copa seria **sinal de fragilidade ou imaturidade**, como muitos apontaram, ela garante que "a idade pode ser um fator que dificulta o controle da emoção, mas não é o único". Segundo ela, a cultura também pesa na questão. "O povo brasileiro não é do tipo que reprime sentimentos", afirma.

Assim como o pesquisador, Ad Vingerhoets, Angela acredita que o contexto é o mais importante. No caso dos jogadores, uma pressão absurda por resultado. "Tem a questão política, os gastos da Copa, uma indústria que mexe com milhões... São muito poucos os que chegam aonde eles chegaram, e o futuro deles depende disso", analisa. E há a característica do próprio futebol. "A queda de um viaduto mata pessoas e fica sem culpado; já no caso deles, os erros têm autoria".

Ter controle sobre as próprias emoções é um desafio constante para todos os seres humanos, afirma a psicóloga. Não dá para encarar um jogo, um vestibular ou um projeto importante relaxado demais, sem aquela ansiedade motivadora. E também não dá para perder o foco pelo excesso de reação.

[***Leia mais...***](#)

Fonte: UOL