



“Te perdono de corazón”: ¿Metáfora o corporeidad real?

Inmaculada León^a, Juan A. Hernández^a y Jaime Vila^b

^aDept. de Psicología Cognitiva, Social y Organizacional, Universidad de La Laguna, España

^bDept. de Personalidad, Evaluación y Tratamiento, Universidad de Granada, España

Tipo de artículo: Actualidad.

Disciplinas: Psicología, Neurociencia.

Etiquetas: regulación emocional, appraisal, corporeidad, variabilidad cardíaca, representación.

Para la persona de la calle, y también para las teorías cognitivas de la emoción, lo que sentimos hacia alguien que nos ha hecho algo malo depende esencialmente de si consideramos que ha sido intencional o que ha sido accidental. Sin embargo, los estados y reacciones del cuerpo también parecen contribuir a esta reacción. En concreto, una alta Variabilidad Cardíaca parece modular en términos positivos la interpretación de los hechos, haciendo disminuir en consecuencia la emoción sentida. El que una variable esencialmente fisiológica como ésta actúe como un factor modulador de interpretaciones más tolerantes y racionales daría apoyo a las teorías que consideran que el cuerpo es parte integrante de las evaluaciones que hacemos sobre el mundo.

De acuerdo con las teorías cognitivas de la emoción, en la mayor parte de las situaciones, antes de sentir una emoción llevamos a cabo algún tipo de evaluación, aunque sea de forma rápida y automática. A este proceso de evaluación es a lo que desde estas teorías se ha dado en llamar valoración o "appraisal" (Smith y Lazarus, 1993). Así, por ejemplo, ante una acción negativa de alguien, lo que determina la rabia sentida hacia esa persona es la valoración de culpa o intencionalidad que hagamos de su acción (vg., León y Hernández, 1988).

Sin embargo, esta relación culpabilización-rabia parece estar también modulada por las características individuales. De hecho, hay evidencias de que diversas variables de personalidad, como el locus de control, la autoeficacia, la indefensión, la extraversión o el neuroticismo, influyen sobre las valoraciones que hacemos de las situaciones. En esa misma línea, determinadas variables fisiológicas, como tener un sistema nervioso



(cc) Inma León

simpático altamente reactivo, o un sistema parasimpático lento en responder, podrían hacer a una persona más proclive a culpabilizar o a experimentar rabia cuando surgen recuerdos de ofensas. Encontrar evidencias en ese sentido apoyaría las propuestas formuladas por teorías como la del marcador somático (Damasio, 1996) o las de la corporeidad ("embodiment"; De Vega, Glenberg y Graesser, 2008), según las cuales los estados del cuerpo y sus respuestas también forman parte de las representaciones que hacemos del mundo.

Con el fin de explorar esta hipótesis, llevamos a cabo un estudio (León, Hernández, Rodríguez y Vila, 2009) utilizando como índice de diferencias individuales la Variabilidad Cardíaca (VC). La VC hace referencia a los cambios cíclicos en la ritmicidad de los latidos cardíacos o, en otras palabras, a las fluctuaciones en el ritmo cardíaco. La VC, que en sus frecuencias altas está controlada por el sistema vagal (parasimpático), ha demostrado ser un índice fiable de diferencias individuales en regulación autonómica y emocional. La alta VC se ha asociado con un buen funcionamiento psicológico y fisiológico, y con reacciones más moderadas ante los estímulos potencialmente amenazantes (Thayer y Brosschot, 2005). En la misma dirección, otros resultados muestran que los individuos con un mayor control cardíaco vagal responden de forma más eficiente en las interacciones sociales. Parece que se adaptan de forma más flexible a las demandas del entorno (Porges, 2007).

El propósito de nuestro estudio fue probar la existencia de esa influencia benefactora de la VC en el caso de la emoción de rabia. Los participantes, de los cuales habíamos medido su VC, debían imaginarse que vivían en primera persona una situación en que la acción de alguien les causaba la pérdida del trabajo. Esta acción podía serles presentada como hecha con clara intención de dañar, o sin esa intención. A continuación, se medían a través de un cuestionario la culpa atribuida a la otra persona y la emoción sentida hacia ella.

Para ver si había una relación directa entre la VC y la emoción informada o si, por el contrario, la VC influye sobre la emoción a través de un efecto moderador sobre las cogniciones, utilizamos los análisis por ecuaciones estructurales. Este tipo de análisis permite conocer, mediante la comparación del ajuste de modelos alternativos, si la relación encontrada entre dos variables es directa o está

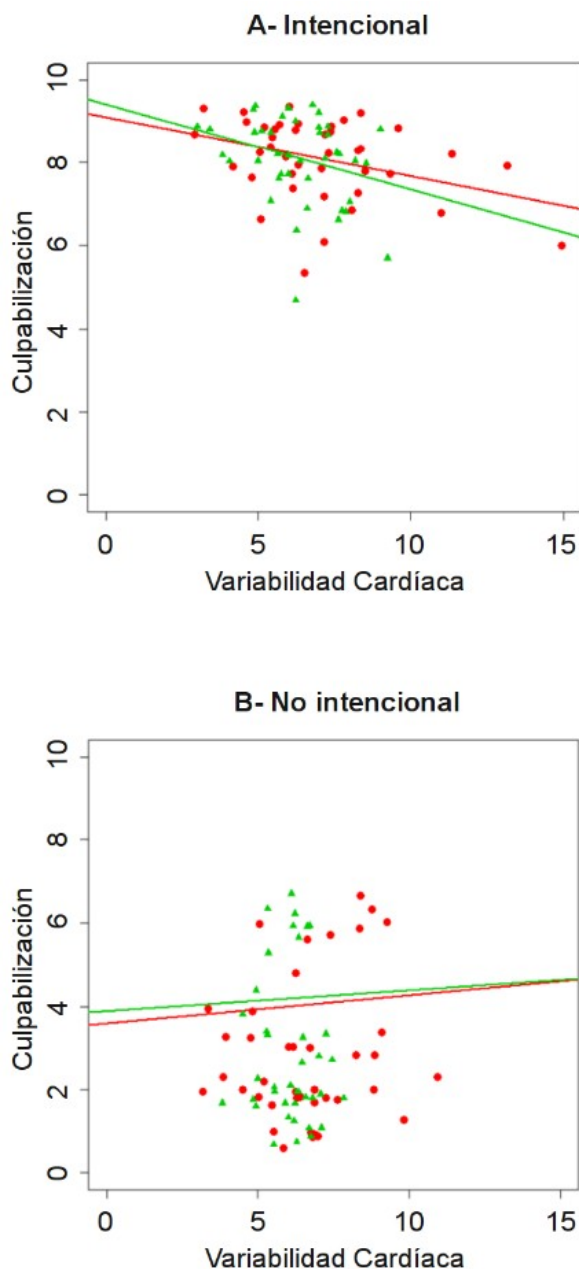


Figura 1.- En situación de Intencionalidad de la acción (A) un aumento de la VC hace disminuir la culpabilización del otro por su acción, mientras que en situación de No intencionalidad (B) la VC no influye sobre la atribución de culpa. Las puntuaciones de VC en el dominio del tiempo (triángulos verdes) vienen dadas en unidades de latidos por minuto; en el dominio de la frecuencia (círculos rojos) en latidos por minuto al cuadrado/herzio; y la culpabilización en un rango de respuesta de 1: nada culpable a 9: muy culpable.

modulada por variables intermedias. Nuestros resultados mostraron que el modelo que presentaba un mejor ajuste era aquél donde la alta VC se asociaba con una menor emoción de rabia, pero no por influencia directa sobre ésta, sino a través de suavizar la valoración de culpa. La menor valoración de culpa sí se mostraba directamente relacionada con la disminución del nivel de rabia.

De forma importante, este efecto modulador de la VC sólo se encontró en las situaciones de alta intencionalidad (Figura 1a), es decir, aquéllas que ocasionan más conflicto interpersonal. Esto coincide con resultados encontrados para variables psicológicas como la autoeficacia, también de carácter regulatorio, cuyo efecto modulador sobre las respuestas de estrés es notorio sólo en condiciones en que el estrés sea moderado o alto (Rutter, 1990). El que la VC no ejerciera su efecto en situaciones de baja intencionalidad (Figura 1b) indica que es en las condiciones socialmente más demandantes donde la alta VC muestra su influencia más benefactora.

El que una variable esencialmente fisiológica como la VC actúe como un factor modulador de interpretaciones más tolerantes y racionales apoya las concepciones de las teorías de la corporeidad. Para estas teorías, el cuerpo es parte integrante de las evaluaciones que hacemos sobre el mundo. La VC en este caso funciona como un marcador somático que participa en la caracterización de nuestras interpretaciones, en este caso modulando actitudes más flexibles ante el mundo como atenuar la percepción de culpa del otro. En este sentido, nuestros resultados darían apoyo a la afirmación que hace Damasio (1996) en *El error de Descartes*, de que “la actividad mental, desde sus aspectos más simples a los más sublimes, requiere a la vez del cerebro y del cuerpo... El cuerpo, en relación al cerebro, proporciona algo más que el mero soporte vital, es utilizado como referencia para las interpretaciones que hacemos del mundo que nos rodea” (pp. 13-14).

Referencias

Damasio, A. (1996). *El error de Descartes*. Barcelona. Crítica.

De Vega, M., Glenberg, A., y Graesser, A. C. (2008). *Symbols, Embodiment, and Meaning*. New York: Oxford University Press.

León, I. y Hernández, J. A. (1998). Testing the role of attribution and appraisal predicting own and other's emotions. *Cognition and Emotion*, 12, 1, 27-43.

León, I., Hernández, J. A., Rodríguez, S. y Vila, J. (2009) When head is tempered by heart: Heart rate variability modulates perception of other-blame reducing anger. *Motivation and Emotion*, 33 1-9.

Porges, S. W (2007). The polyvagal perspective. *Biological Psychology*, 74, 116-143.

Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. En: J. Rolf J, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H., Nuechterlein, S. Weintraub (Eds.) *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology* (pp. 181-214). New York: Cambridge University Press.

Smith, C. A. y Lazarus, R. S. (1993). Appraisal components, core relational themes, and the emotions. *Cognition and Emotion*, 7, 233-269.

Thayer, J. F. y Brosschot, J. F. (2005). Psychosomatics and psychopathology: Looking up and down from the brain. *Psychoneuroendocrinology*, 10, 1050-1058.

Manuscrito recibido el 21 de mayo de 2009.

Aceptado el 2 de noviembre de 2009.