



El valor adaptativo de la emoción: ¿Por qué nos atrae la información negativa?

Fernando Gordillo^a, José M. Arana^a y Lilia Mestas^b

^aFacultad de Psicología, Universidad de Salamanca, España

^bFacultad de Estudios Superiores Zaragoza, Universidad Nacional Autónoma de México, México

Tipo de artículo: Actualidad.

Disciplinas: Psicología, Neurociencias.

Etiquetas: activación, adaptación, emoción, memoria de reconocimiento.

Continuamente estamos sometidos a un enorme flujo de información a la que no podemos prestar atención en su totalidad, y que debe ser filtrada por un mecanismo básico. El contenido emocional de la información es clave en este proceso, de manera que aquello que es potencialmente peligroso atrae nuestra atención para poder ser afrontado con prontitud, al mismo tiempo que nos permite un mejor recuerdo de la información que nos será de utilidad en situaciones similares. En este sentido, podríamos decir que la atracción por lo negativo es un requerimiento adaptativo de alerta y prevención.



(cc) eekays

La mayoría de la gente ha estado en alguna de las largas filas de coches que un accidente de tráfico produce y que no siempre son debidas al bloqueo de la vía. En muchas ocasiones son causadas por el interés que dicho accidente genera en los conductores, lo que da lugar a un enlentecimiento de la circulación y al consecuente atasco. De igual manera, y esto lo sabe cualquier medio de comunicación, la información negativa atrae a más espectadores que la positiva. ¿Cuál es la razón que subyace a este comportamiento?

En primer lugar, hemos de decir que no es debido a una atracción injustificada por lo macabro, ni es cualidad exclusiva del ser humano. La respuesta debemos buscarla en el papel adaptativo que tiene el procesamiento de la información emocional. En este sentido, los estímulos relevantes para las personas son aquellos que se relacionan con la supervivencia (Öhman, Flykt y Esteves, 2001), y, en

la población normal, esto genera una predisposición a dirigir la atención a la información negativa del entorno (Carretié, Mercado, Tapia, e Hinojosa, 2001). Es decir, la investigación muestra que estamos “programados” para priorizar aquellos estímulos que puedan suponer un peligro. Por otro lado, la información atendida perdura en nuestra memoria en relación a la ignorada. Por tanto, resulta lógico pensar que la mayor atención demandada por la información negativa refleje un mejor recuerdo de ésta, respecto a la positiva.

Comprobamos este supuesto a través de una tarea de reconocimiento incidental a corto plazo (Gordillo y cols., 2010), donde se presentaron a 39 sujetos un total de 80 fotografías clasificadas en cuatro grupos, atendiendo al tipo de información que mostraban (positiva, negativa), y a la activación emocional que generaban (media, alta). Los sujetos no sabían que 15 minutos después de ver todas las fotografías tendrían que reconocerlas junto a otras distractoras nuevas de similar contenido (memoria incidental). Los resultados nos informan de un mejor reconocimiento de las negativas respecto a las positivas, siendo esta diferencia mucho más evidente cuando las fotografías eran de un alto contenido emocional (alta activación) (Figura 1).

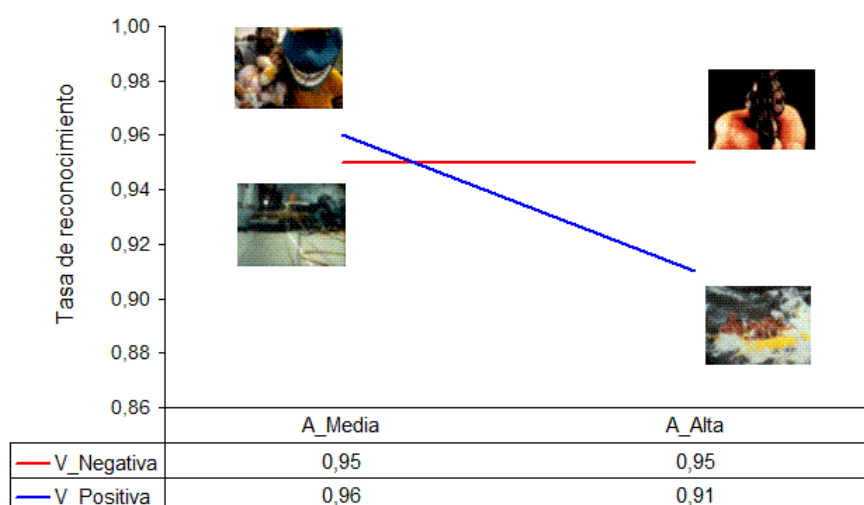


Figura 1. -Promedio de la tasa de reconocimiento para las fotografías negativas (*V_Negativa*) y positivas (*V_Positiva*) de media (*A_Media*) y alta (*A_Alta*) activación. Adaptado de Gordillo y cols. (2010). Fotografías sacadas del Internacional Affective Picture System (IAPS) (Lang, Bradley y Cuthbert, 1999), en la adaptación española de Moltó y cols. (1992).

Estos resultados se ajustan al planteamiento teórico con el que iniciábamos este artículo, pero la función adaptativa de alerta, y el carácter preventivo que el recuerdo de la información negativa tiene, parecen diluirse en el ámbito social. Ya no acechan depredadores agazapados en los matorrales, e incluso puede resultar dañino un excesivo estado de alerta (ansiedad). Ahora los peligros son de otra índole, más sutiles. En nuestra sociedad resulta “peligroso” tomar una decisión, por ejemplo, cambiar de trabajo o pareja, por cuanto repercutirá en nuestro futuro. Por supuesto, en este caso las emociones siguen actuando, y

así lo determina la Teoría de los Marcadores Somáticos de Damasio (1994), donde la emoción, y no sólo la razón, influye sobre la decisión final que tomamos, en base a nuestra experiencia pasada. Por lo tanto, no ha desaparecido el primitivo valor de la emoción a la hora de protegernos, por ejemplo, al recordarnos que debemos tomar el camino de la derecha y no el de la izquierda porque allí se agazapan depredadores. Este mecanismo se ha vuelto más sutil, acorde a la complejidad social en la que se desenvuelve el ser humano. Esta complejidad está relacionada con el desarrollo del cerebro humano, y los mecanismos que antaño nos protegían de manera grosera y efectiva, siguen haciéndolo con una sutil armonía que pasa desapercibida en la cotidianidad.

Retomando el ejemplo del inicio, es posible que la atracción que sentimos por ver un accidente ocurrido en la carretera favorezca que la próxima vez que pasemos por ese punto recordemos las consecuencias de ir a demasiada velocidad, y puede que esto sea suficiente para que levantemos el pie del acelerador y evitemos un percance similar.

Referencias

- Carretié, L., Mercado, F., Tapia, M., e Hinojosa, J. A. (2001). Emotion, attention and the 'negativity bias' studied through event-related potentials. *International Journal of Psychophysiology*, 40, 253-264.
- Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error: Emotion, rationality and the human brain*. New York: Putnam (Grosset Books).
- Gordillo, F., Arana, J. M., Mestas, L., Salvador, J., Meilán J. J. G., Carro, J. y Pérez, E. (2010). Emoción y memoria de reconocimiento: la discriminación de la información negativa como un proceso adaptativo. *Psicothema*, 22, 765-771.
- Lang, P. J., Bradley, M. M., y Cuthbert, B. N. (1999). *International affective picture system (IAPS): Technical manual and affective ratings*. Gainesville, FL: The Center for Research in Psychophysiology, University of Florida.
- Moltó, J., Montañés, S., Poy, R., Segarra, P., Pastor, M. C., Tormo, M. P., y cols. (1999). Un nuevo método para el estudio experimental de las emociones: el «International Affective Picture System» (IAPS), adaptación española. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 52, 55-87.
- Öhman, A., Flykt, A., y Esteves, F. (2001). Emotion drives attention: Detecting the snake in the grass. *Journal of Experimental Psychology: General*, 3, 466-478.

Manuscrito recibido el 15 de noviembre de 2010.

Aceptado el 23 de noviembre de 2010.