

**L'incontro** La settimana del cervello a Roma. Ricercatori e scienziati a confronto alla Sapienza

## L'emozione ci guida anche se non lo sappiamo

I sentimenti, comprese rabbia e paura, condizionano comportamenti e scelte

di **Stefano Cappa** \*

**L**e emozioni, che coinvolgono sia il corpo che la mente (in quest'ultimo caso è forse più corretto e più concreto parlare di sentimenti), sono una modalità fondamentale di reazione del nostro organismo a stimoli esterni o interni, e, ben lungi dal costituire un ostacolo alla nostra capacità di comprendere ed agire sul mondo e nel mondo che ci circonda, sono uno strumento essenziale alla nostra sopravvivenza.

In particolare, emozioni come rabbia e paura fanno parte delle emozioni negative, che consentono, in maniera positiva, di rispondere in modo veloce e con comportamenti adeguati (come la fuga o l'attacco) a stimoli e situazioni a carattere minaccioso.

Il nostro sistema nervoso presenta dei sistemi specializzati per queste risposte magari poco precise, ma essenziali per la nostra sopravvivenza: al-

cune strutture, tra cui la più nota è certamente l'amigdala, sono in grado di elaborare, ad esempio, le informazioni visive per estrarne quel tanto necessario per mettere in atto un comportamento di fuga davanti all'ipotesi di avere davanti una vipera.

Sarà poi l'elaborazione successiva, da parte del sistema visivo, che ci consentirà, dopo che ci siamo messi al sicuro, di decidere se la vipera c'era davvero, o si trattava solo di foglie secche mosse dal vento e quindi di un pericolo inesistente seppur presente nella nostra percezione.

Emozioni e sentimenti sono quindi meccanismo essenziali del cervello e della mente, che ci consentono di valutare ciò che è potenzialmente utile o nocivo per la nostra sopravvivenza, e, in generale, per il nostro benessere.

Purtroppo, come accade per le funzioni cognitive, come la memoria o il linguaggio, anche la capacità di sperimentare, comprendere e controlla-

re le emozioni può essere alterata dalla malattia che falsi i meccanismi di reazione.

Reazioni inadeguate, troppo forti o troppo deboli, caratterizzate da risposte di rabbia o paura esagerate rispetto alla natura degli stimoli esterni o interni costituiscono una componente importante delle malattie psichiatriche. Basti pensare alla sintomatologia caratteristica, ad esempio, degli attacchi di panico, ove all'intenso sentimento di paura si associano le caratteristiche manifestazioni emozionali, come sudorazione, palpitazioni, respiro accelerato; o alle manifestazioni di rabbia apparentemente immotivata, che possono accompagnarsi a comportamenti aggressivi.

Malattie del cervello possono anche manifestarsi come una difficoltà a comprendere gli stati emotivi degli altri, e quindi a non essere in grado di riconoscere la paura o la rabbia quando si manifestano attraverso, ad esempio, espressioni del volto. Analoghe manifestazioni sono state anche ri-

scontrate in soggetti affetti da autismo.

"Emozioni e Cervello" è uno dei temi dell'incontro aperto al pubblico organizzato nell'ambito della Settimana Mondiale del Cervello, la campagna di informazione promossa congiuntamente dalla "European Dana Alliance for the Brain" in Europa, dalla "Dana Alliance for Brain" negli Stati Uniti e dalla Società Italiana di Neurologia (SIN) in Italia, con l'obiettivo di diffondere la conoscenza sul nostro organo più affascinante.

L'appuntamento è per venerdì 15 marzo alle ore 11.30 presso la Clinica Neurologica e Psichiatrica dell'Università degli Studi La Sapienza - Aula C (Viale dell'Università, 30). Nel corso dell'incontro saranno trattate anche le tematiche relative a "Cervello e dolore" e "Cervello e volto".

Per conoscere le altre iniziative sulla Settimana Mondiale del Cervello: [www.neuro.it](http://www.neuro.it)

\* *Professore Ordinario di Neuroscienze Cognitive all'Università Vita-Salute S. Raffaele di Milano e membro della Società Italiana di Neurologia*

### Sistema nervoso

**Le sue risposte sono essenziali per la sopravvivenza**

### Malattie

**Possono manifestarsi come una difficoltà a comprendere gli altri**



**Espressioni** Il volto parla prima di ogni discorso

**DOLORI ARTICOLARI?**  
**Leniart UCA**  
L'emozione ci guida anche se non lo sappiamo  
L'emozione ci guida anche se non lo sappiamo  
L'emozione ci guida anche se non lo sappiamo