

Sentimenti e circolazione del sangue

Ecco la mappa corporea di come reagiamo alle emozioni

Come reagisce alle emozioni il corpo umano? A documentarlo è una ricerca condotta all'Università di Turku, in Finlandia: risultati importanti dopo che 700 volontari si sono "prestati" alla lettura e alla visione di film con l'obiettivo di far sorgere determinati sentimenti e di annotare poi in quali parti del corpo si sentiva una variazione delle sensazioni.

Secondo gli studiosi, le reazioni dei volontari sono state indifferenti alla loro provenienza culturale, facendo registrare in gran parte le stesse sensazioni. I ricercatori hanno spiegato alla rivista *Proceedings of National Academy of Sciences* che *"svelare le sensazioni corporee soggettive connesse con le emozioni umane può aiutarci a capire meglio i disturbi dell'umore come la depressione e l'ansia"*, alle quali, come si può osservare nell'immagine a corredo dell'articolo, si attribuisce rispettivamente una generale riduzione delle sensazioni e una iperattività simile alla paura (in assenza di pericolo reale).

Nota da tempo la reazione alla rabbia, che attiva il petto e le braccia, predisponendo il soggetto al combattimento. Differisce solo parzialmente dalla rabbia la sensazione legata alla paura, che concentra tutto nella testa e nel petto nell'attesa che giunga il momento in cui decidere tra combattimento e fuga. Tra l'orgoglio che "gonfia" il petto, l'amore che irrorà tutto tranne le ginocchia, la felicità che sprizza energia da ogni poro, l'invidia che logora i nostri pensieri e la vergogna che accende le guance. Insomma, le reazioni dei 700 volontari sembrano davvero descrivere l'esperienza quotidiana di tutti noi.

A cura di *Redazione MeteoWeb*

La mappa, emozione per emozione