

# Afectos, Emoções e Conceitos Aparentados

## *Affect, Emotion and Similar Concepts*

J. L. Pio Abreu 

### RESUMO:

O autor começa por comentar a dificuldade de delimitação semântica entre os conceitos de afecto, emoção, sentimento, estado de ânimo, humor, paixões e aparentados, dificuldade esta que se agrava quando os termos são traduzidos em línguas diferentes. Centra-se depois no conceito de emoção, que tem beneficiado de investigação recente, e da sua distinção do humor, um termo que fundamenta a psicopatologia das perturbações bipolares. Muito mais complexo se revela o conceito de afecto, que tem uma dimensão interpessoal e que se pode elaborar a partir das recentes descobertas dos “neurónios-espelho” e da “Teoria da Mente”.

**Palavras-Chave:** Emoção; Humor; Afecto; Sentimento; Neurónios Espelho; Teoria da Mente

### ABSTRACT:

*The author begins by commenting on the difficulty of the semantic delimitation between concepts of affect, emotion, sentiment, feeling, mood, and passion. This difficulty becomes greater when the terms are translated into different languages. He then focusses on the concept of emotion, which*

*has benefited from recent research, and its distinction from mood, a concept which is at the base of the psychopathology of bipolar disorders. Much more complex is the Portuguese concept of affect (different from the English concept), which has an interpersonal dimension and can be developed from recent discoveries of “mirror neurons” and “theory of mind”.*

**Key-Words:** *Emotion; Mood; Affect; Sentiment; Mirror Neurons; Theory of Mind.*

Toda a gente sabe o que são os afectos. As pessoas sentem-nos, movem-se por força deles, exprimem-nos. Mas falar de afectos com uma base de conhecimento mínima torna-se bem mais difícil. Antes de mais, as pessoas movem-se ao sabor de vários impulsos a que dão (quando deles se consciencializam e os podem nomear) nomes diferentes. Afectos, emoções, sentimentos, estados de ânimo (ou humores), paixões, tudo isso faz parte da chamada vida afectiva, mas nem sempre se distinguem claramente<sup>1</sup>. Acresce que a confusão aumenta quando se tenta a tradução para uma língua diferente. Por exemplo, na língua científica universal – o Inglês – a palavra afecto nem sequer existe no uso cor-

\* CFCUL - Centro de Filosofia das Ciências da Universidade de Lisboa. ✉ pioabreu@netcabo.pt

rente dos falantes. Foi, no entanto, adoptada pelos cientistas (do campo da psicopatologia e psicologia) como designação genérica. Daí a ambígua designação do título geral de “*affective disorders*”, que os próprios americanos corrigiram, em 1994, para “*mood disorders*”<sup>2</sup>, assim reencontrando a tradição europeia desta designação. No entanto, ela continua a usar-se generalizadamente, mesmo na Europa.

Em Inglês, facilmente se confundem afectos com emoções e, às vezes, as designações são intermutáveis. Porém, a *emoção* é um fenómeno individual e elementar, facilmente reconhecível na sua existência (geralmente perturbadora da razão e da vontade pela emergência de fenómenos vegetativos e automatismos motores) e na sua diversidade qualitativa: alegria, tristeza, medo, raiva, repugnância, surpresa, vergonha, culpa, inveja, ciúme. Por esta razão, as emoções têm sido recentemente objecto de estudo neurocientífico e psicológico<sup>3</sup>. Enquanto que os neurocientistas se concentram nas vias nervosas que as produzem ou inibem, bem como nos fenómenos vegetativos que elas implicam, os psicólogos concentram-se nos objectos que as produzem e nos comportamentos que lhes estão associados<sup>4</sup>. Mais recentemente, as emoções têm sido estudadas na possibilidade do seu reconhecimento entre culturas diferentes<sup>5,6</sup>. Por outras palavras, as emoções, de fenómenos parasitários da racionalidade, tendem hoje a ser consideradas como um sistema de comunicação básica da espécie humana, independentemente da cultura. Mas este não é assunto novo, pois que já tinha sido sugerido por Charles Darwin no Século XIX<sup>7</sup>.

Os mais recentes estudos têm incidido na expressão facial das emoções<sup>6</sup>. Contudo, as vocalizações associadas são um componente importante, que parece ter alguma importância na comunicação entre os animais superiores. Não é, pois, de excluir que a própria linguagem humana tenha evoluído a partir da capacidade de sinalização das vocalizações emocionais. De facto, uma emoção elementar tem todos os componentes necessários a um signo: o significante (a expressão, visual ou sonora, da emoção), o significado (o comportamento que a emoção tende a desencadear – como a fuga em relação com a emoção de medo) e o referente (o objecto que despertou a emoção). Então, se as emoções são um instrumento básico de comunicação, facilmente se percebe como as emoções são contagiosas e como mais facilmente se responde ao estado emocional de outra pessoa do que ao seu discurso explícito<sup>8</sup>. Respostas estas que podem não ser claramente consciencializadas, mas que são seguramente efectivas. O discurso apenas se implanta sobre as expressões emocionais e retira delas o seu significado (e, muito provavelmente, a sua intenção)<sup>9</sup>.

Outro tema em debate tem sido o das emoções elementares (ou básicas) e complexas<sup>10</sup>. O ciúme, por exemplo, inclui as emoções básicas de desejo, raiva, repugnância e tristeza, senão outras. É isso que a torna conflituosa. De facto, em maior ou menor grau, as emoções associam-se e criam o hábito de se despertarem umas às outras. E isso acontece, tanto durante as experiências reais – por vezes repetidas – como na recordação ou imaginação, naquelas actividades pessoais a que chamamos interiores. Neste caso, as emoções humanas, inde-

pendentemente da sua raiz comunicativa, tornam-se fenómenos individuais que, quando muito, vão marcar o temperamento de uma pessoa<sup>11</sup>. Às vezes tornam-se residuais, mais ou menos permanentes durante uma certa fase, e ocorrem como estado de ânimo ou humor. São independentes de qualquer acontecimento que as possa ter provocado e, por isso, são, para os psicopatologistas clássicos, “sentimentos sem objecto”<sup>12</sup>. Assim, por exemplo, a tristeza pode ser uma emoção ou um humor (estado de ânimo) que vem de dentro para fora e vai tingir todas as emoções e o próprio raciocínio, que se torna pessimista. No primeiro caso, dizemos que “ficámos” tristes; no segundo caso dizemos que “andamos” tristes.

Tudo isto é diferente daquilo a que chamamos *afectos*. Neste caso, nós não dizemos que ficámos ou andamos (com ódio ou amor, por exemplo), mas que os temos. E temos o quê? Um sentimento complexo que nos liga a uma pessoa diferenciada ou a um contexto de experiências (às vezes, em casos extremos, definido como paixão, ódio ou compaixão, mas na maior parte das vezes menos tumultuoso e mais indefinível). O afecto é então um conjunto sentimental permanente que nos liga aos outros (na maior parte das vezes com reciprocidade), que se pode reavivar no contacto com eles, por vezes sob a forma de emoção, ou na sua simples invocação. De algum modo, corresponde a uma incorporação dos outros em nós próprios. Ao contrário das emoções individuais, que se podem dissecar e estudar neurobiologicamente, os afectos pressupõem uma co-experiência, e têm portanto uma dimensão interpessoal. Marcam, por assim dizer, a humanidade humana, dando um aspecto inu-

mano a algumas pessoas que, por patologia, se vêem privadas deles<sup>13</sup>. Será que a ciência os pode estudar?

Um salto decisivo ocorreu em 1996, quando uma equipa de cientistas italianos descobriu, em chimpanzés, a existência de “*mirror neurons*”<sup>14</sup>. Estes “neurónios espelho” ficam activos, tanto quando o animal executa uma actividade simples, como quando a vê executada por um seu semelhante. Quer isto dizer que a observação atenta por parte dos primatas, incluindo os humanos, é também um treino das actividades observadas. Actividades próprias e alheias confundem-se nas mesmas redes neuronais. As técnicas usadas experimentalmente nos chimpanzés não se podem, por razões éticas, aplicar nos humanos. Contudo, estão-se a desenvolver metodologias alternativas para o seu estudo. Para já, as zonas cerebrais onde existem os “*mirror-neurons*” dos chimpanzés correspondem, no homem, às zonas da linguagem, localizadas no hemisfério esquerdo, o que permite perceber a completa e aparentemente súbita aprendizagem da língua, aos dois anos, depois de um longo período de observação atenta. Mas está ainda por saber qual a sua importância no hemisfério cerebral direito, de onde se sabe nascer a actividade holística emocional, os fenómenos intuitivos e de compaixão, largamente não conscientes<sup>15</sup>.

Há muito que as actividades miméticas eram conhecidas no homem e, em especial, nas crianças. Piaget (1978) descreveu as brincadeiras infantis, essencialmente miméticas, como a base de todo o desenvolvimento cognitivo a partir da infância<sup>16</sup>. As actividades miméticas e representativas começam muito precocemente. Mas é a partir dos dois anos que

a criança começa com as brincadeiras de “faz de conta”<sup>17</sup>, projectando os seus desejos noutras personagens e acabando por imitar na perfeição as atitudes e o próprio discurso dos outros. Aos 4 anos começa mesmo a trocar de papel, pedindo aos outros que se transformem nela, enquanto ela se transforma nos outros. Significativamente, é a partir desta idade que a criança começa a avaliar a objectividade das coisas e a desenvolver o senso moral<sup>18</sup>. A imitação, na vida adulta, deixa de ocorrer como regra (embora se conserve alguma tendência para o mimetismo), mas é muito frequente que uma pessoa se coloque “no lugar do outro” para o poder compreender, ou mesmo para validar a objectividade dos factos.

Este “ter os outros dentro de si” (ou poder-se colocar no lugar deles) parece ser a raiz dos afectos. De facto, a possibilidade de incorporar, e assim compreender as intenções psicológicas dos outros, foi postulada pelos fenomenologistas<sup>19</sup>, mas não se enfrentou seriamente. Em 1985, Baron-Cohen e a sua equipa decidiram testá-la, postulando a sua ausência nos autistas<sup>20</sup>. Verificaram que esta capacidade começava a aparecer, em crianças saudáveis, depois dos dois anos, e se desenvolvia ao longo da idade. Mais ainda, verificaram que o atraso no seu desenvolvimento prejudicava, não só a empatia e a capacidade de contactar com outras pessoas, mas também algumas capacidades cognitivas, como a percepção de figuras ambíguas. Daniel Dennett (2001) considera que esta “intencionalidade de segunda ordem” (crenças sobre as crenças dos outros) é o que nos distingue dos outros animais e, portanto, prévio à consciência humana (crenças sobre as próprias crenças)<sup>21</sup>.



Figura 1: Figura ambígua.

A grande discussão actual está centrada sobre esta possibilidade de perceber intuitivamente o psiquismo dos outros (“*folk psychology*” ou aquisição de uma “Teoria da Mente”), fortemente ligada à empatia e, por sua vez, separada da identificação (ser o que o outro é), de modo a preservar a identidade individual (o “eu” separado dos “outros”). Naturalmente, estão em causa as actividades miméticas possibilitadas pelos “*mirror-neurons*” mas também as brincadeiras infantis, sobretudo as que se fazem “a fingir”, bem como as inferências que se podem fazer ao longo da vida<sup>17,22,23</sup>. A

imagiologia cerebral contribui ainda para este estudo, investigando a importância do jogo entre os dois hemisférios na organização de tão complexas actividades<sup>24</sup>. A discussão é da maior importância, pois o que está em causa é o acesso à “comunidade inter-subjectiva”, fora da qual não existe sequer a possibilidade de compreender alguma coisa ou de avaliar factos objectivos (percebidos por nós, com a segurança de que os outros também os percebem), quando contrapostos aos factos subjectivos (percebidos apenas por nós e por mais ninguém)<sup>25</sup>.

Falar dos afectos, é então falar de uma coisa bem mais complexa e abrangente, embora talvez menos fácil e intuitiva, do que falar dos amores e desamores que nos consolam ou desiludem. Falar dos afectos é um desafio perante o qual ainda estamos limitados ao primeiro degrau da escada. Se a escalarmos, poderemos encontrar a identidade das pessoas e a humanidade dos humanos. Mais do que isso, poderemos encontrar aquilo que nos distingue dos outros animais: a capacidade de perceber e pensar objectivamente e com relevância colectiva, aceitando os outros na sua realidade contraditória com as nossas expectativas.

Quando falamos de afectos (e não de emoções, humores ou efémeros sentimentos) não estaremos, seguramente, a falar da subjectividade desejante de cada um. Mas falamos daquilo que nos faz falar.

#### **Conflitos de Interesse / *Conflicting Interests:***

Os autores declaram não ter nenhum conflito de interesses relativamente ao presente artigo.

*The authors have declared no competing interests exist.*

#### **Fontes de Financiamento / *Funding:***

Não existiram fontes externas de financiamento para a realização deste artigo.

*The authors have declared no external funding was received for this study.*

#### **Bibliografia / *References***

1. Pio-Abreu JL: Introdução à Psicopatologia Compreensiva. 2ª Edição. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian; 1997.
2. American Psychiatric Association: DSM-IV Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais. Lisboa: Climepsi Editores; 1996.
3. Damásio A: O Erro de Descartes: Emoção, razão e Cérebro Humano. Lisboa: Europa América; 1994.
4. Power M, Dalgleish T: Cognition and Emotion: From Order to Disorder. East Sussex (UK): Psychology Press, Publishers; 1997.
5. Ekman P, Friesen WV, O’Sullivan M, Chan A, et al: Universals and Cultural Differences in the Judgements of Facial Expressions of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987; 53: 712-717.
6. Ekman P: Emotions Revealed: Understanding Faces and Feelings. London: Weidenfeld & Nicolson; 2003.
7. Darwin C: A Expressão das Emoções no Homem e nos Animais. São Paulo (Brasil): Companhia das Letras; 2000.
8. Yik MSM, Russell JA: Interpretation of Faces: A Cross-cultural Study of a Prediction from Fridlund’s Theory. *Cognition & Emotion*. 1999; 13:93-104.

9. Marina JA: Teoria da Inteligência Criadora. Lisboa: Ed. Caminho; 1995.
10. Ekman P, Davidson, RJ: The Nature of Emotion: Fundamental Questions. Oxford University Press; 1994.
11. Pio-Abreu JL: O Tempo Aprisionado: Ensaio Não Espiritualista Sobre o Espírito Humano. Coimbra: Quarteto Editora. 2000; 109-137.
12. Schneider K: Psicopatologia Geral. São Paulo: Ed. Mestre Jou; 1968 (tradução da 7ª Ed. alemã, 1966).
13. Pio-Abreu JL: Clínica e Investigação da Esquizofrenia: Um Desafio Contemporâneo. Saúde Mental. 2000; vol. II, núm. 3: 9-15.
14. Rizzolatti G, Arbib MA: Language within our grasp ("mirror neurons"). Trends In Neurosciences. 1998; 21:188-194.
15. Cutting J: Principles of Psychopathology: Two Worlds, Two Minds, Two Hemispheres. Oxford University Press; 1997.
16. Piaget J: A Formação do Símbolo na Criança. 3ª. Ed. Rio de Janeiro: Zahar Ed; 17. Harris PL, Leavers HJ: Pretending, Imagery, and Self-Awareness in Autism. In Baron-Cohen S, Tager-Flusberg H, Cohen DJ: Understanding Other Minds: Perspectives from Developmental Cognitive Neuroscience. 2nd. Ed. Oxford University Press. 2000; 182-202.
17. Piaget J: Seis estudos de Psicologia. Lisboa: Dom Quixote; 1978.
18. Merleau-Ponty M: Phénoménologie de la Perception. Paris: Gallimard; 1945.
19. Baron-Cohen S, Leslie AM, Frith U: Does the autistic child have a 'theory of mind'? Cognition. 1985; 21(1): 37-46.
20. Dennett DC: Tipos de Mentes. Lisboa: Temas e Debates; 2001.
21. Gopnik A, Capps L, Meltzoff AN: Early Theories of Mind: What the Theory Theory Can Tell us About Autism. In Baron-Cohen S, Tager-Flusberg H, Cohen DJ: Understanding Other Minds: Perspectives from Developmental Cognitive Neuroscience. 2nd. Ed. Oxford University Press. 2000; 50-72.
22. Williams JH, Whiten A, Suddendorf T, Perrett, DI: Imitation, mirror neurons and autism. Neurosci Biobehav Rev. Jun 2001; 25(4):287-95.
23. Brownell H, Griffin R, Winner E, Friedman O, Happé F: Cerebral Lateralization and Theory of Mind. In Baron-Cohen S, Tager-Flusberg H, Cohen DJ: Understanding Other Minds: Perspectives from Developmental Cognitive Neuroscience. 2nd. Ed. Oxford University Press. 2000; 306-333.
24. Pio-Abreu, JL: Percepção, Memória e Juízo: Dos Automatismos Sensoriomotores à Percepção do Objecto Real. Boletim de Psiquiatria (Escola Paulista de Medicina, São Paulo, Brasil). 1998; 31(2): 77-88. Reprinted in Pio-Abreu, JL: O Tempo Aprisionado: Ensaio Não Espiritualista Sobre o Espírito Humano. Coimbra: Quarteto Editora. 2000; 89-108.