

UMO-RH (+)

Bien, imaginemos que hay dos salones.

2 SALONES

En uno,

se contarán chistes y bromas que susciten la risa de los concurrentes, lo llamaremos el salón alegre

(grupo A). En el otro,

se oirán los relatos de las víctimas de la SS, en la época Nazi, lo llamaremos entonces el salón triste

(grupo B).

Ahora, digamos que esto ya se realizó, en Italia, en la Universidad de Bolonia, a cargo del Profesor Mario Farné, en un estudio que buscó evaluar la relación entre la risa y el estado de salud (evaluado a través del estado inmunitario).

A todos los asistentes se les tomó muestras de saliva en diversos momentos. “Utilizamos la saliva —nos informa el Prof. Mario Farné— porque se trata de un fluido en el que se encuentra la Inmunoglobulina A (Ig A), que es una parte de nuestro sistema inmunitario, y que se ocupa de la defensa de las vías aéreas superiores; y cuando la Ig A se encuentra EN cantidades elevadas significa que todas las demás inmunoglobulinas están también elevadas”.

Los resultados mostraron que los niveles de Ig A aumentaron en ambos grupos luego de las sesiones como reacción al estrés, pero en el grupo A (estudiantes bajo el efecto de la risa) los aumentos fueron significativamente mayores (es decir: existe mayor refuerzo inmunitario). Sin embargo, a diferencia más significativa se apreció en las medidas medias hora después de concluida las sesiones, en los estudiantes del grupo B se encontró un descenso

DRÁSTICO Y SIGNIFICATIVO

de las concentraciones de Ig A, cosa que no se percibió en el grupo A.

En otras palabras,

la risa contribuye a un buen estado de salud.

PERO, ¿qué es la risa?, ¿por qué nos reímos?, o

mejor dicho: ¿para qué nos reímos?

De eso va el capítulo de Redes, donde E. Punset entrevista a Robert Provine, posiblemente el mayor especialista en estos temas del mundo, y autor del libro:

Laughter: A Scientific Investigation (2000).

Empecemos diciendo que *el humor no es el auténtico motor de la risa sino la NECESIDAD de establece vínculos de confianza con las personas que nos rodean*. Y ya que los mecanismos fisiológicos implicados en el habla (la laringe por ejemplo, el control de la expiración) son los mismos involucrados en la risa, el planteamiento de R. Provine es bastante contundente: *la risa es una forma involuntaria de comunicación que evolucionó hasta llegar al habla*.

Sin embargo,

los efectos de la risa no se limitan al rostro, la risa es una verdadera gimnasia que va más allá de los límites de la expresión facial

(se produce un aumento de la frecuencia cardíaca, un aumento de la presión arterial, un incremento en la temperatura, una liberación de opiodes endógenos, y como se vio antes, un incremento en los niveles de Ig A, entre otras cosas).

Desde el punto de vista de la Psicobiología Social, la risa podría ser uno de los componentes de la prosodia del habla, que a su vez es el primer componente en la formación de la preconciencia. Y la preconciencia es la base de la conciencia, y con ello del ser humano social, es decir ser humano verdaderamente humano (valga la redundancia).



“Humano, tremendamente humano.” (Martín Adán)

Ahora veamos un punto interesante. Para algunos, tras ver una ecografía en 4D, tiempo real, de un feto haciendo una mueca de risa, les surge la siguiente pregunta:

¿de qué se está riendo?

No hay respuesta a dicha pregunta pues la pregunta de por sí está mal planteada, ya que presupone dos cosas: la primera, que la risa surge luego con un motivo (al menos uno de carácter externo), la segunda, que el feto posee un nivel psíquico consciente que le permita interpretar el motivo presentado.

Ahora sabemos que ni lo uno ni lo otro son ciertos.

La risa es “un pegamento social para afianzar las relaciones sociales entre los miembros de un grupo”. Estamos, filogenéticamente, dotados para la socialización. Durante el periodo fetal, así como se contraen los músculos esqueléticos (proceso percibido como “movimientos fetales”), es muy probable que del mismo modo se produzca la contracción de los músculos faciales involucrados en la risa, músculos que por otro lado se estimulan también cuando el feto se chupa el dedo, saca la lengua, traga líquido amniótico, bosteza, etc.



Los bebés ríen con sus madres como una forma de interacción. Posiblemente la facilidad de la risa sea un marcador de de lo que Simon Baron-Cohen llama el Autism Spectrum Quotient (Cociente del autismo).

Pero dejemos un poco de lado la cuestión de la cuestión perinatal y vayámonos a lo que plantea exactamente Robert Provine en el programa de Redes.

Nadie se ríe estando solo (a lo mucho se sonríe pero más no). La risa es mucho menos frecuente en estado de soledad que en compañía (*30 veces menos frecuente* según refiere R. Provine). La risa es transcultural, no respeta ni credo, ni cultura, ni raza, ni sexo (aunque son los hombres los que suelen liderar la risa, es más, el sentido del humor es considerado uno de los atributos sexuales más extraordinarios). Y si bien se puede decir que *las personas contentas y felices sonríen y se ríen más que las personas tristes e infelices, la risa y la sonrisa NO SON MEDIDAS FIABLES DEL HUMOR*, su naturaleza es la de ser un mensaje que se envía a otras personas.

Entonces, *¿la risa es una especie de señal para construir una coalición con otros, para hablar con otros, para interactuar?* Sí, la risa es una especie de señal para construir una coalición con otros, para hablar con otros, para interactuar.

Por otro lado, si nos preguntamos cuál fue el estímulo original para generar la risa, probablemente no fue el contar chistes sino el hacer cosquillas.

Para algunos, las cosquillas son un simple reflejo, sin embargo, si las cosquillas fueran simplemente un reflejo, ¿por qué no puede uno mismo hacerse cosquillas y reírse? Según lo que dice R. Provine *una persona puede masturbarse hasta el climax, pero no puede hacerse cosquillas a sí misma, siempre es necesario la participación de otra persona* (basta con una, las cosquillas en grupo no funcionan muy bien: el juego de A le hace cosquillas a B, y B a C, y C devuelve con A no es



Marzo 2009

muy popular, epidemiológicamente hablando). Además, cuando se le hace cosquillas a una persona, ésta no solamente busca escapar de las cosquillas, ¡sino que además busca devolverlas! Por lo tanto, se puede sugerir la existencia de una especie de programación que favorezca las interacciones sociales ante las cosquillas.

Esto sucede porque en esencia, la risa es un mecanismo de interconexión, una forma de comunicación tácita. Un primer

p

a

s

o. Una

especie de señal para construir una coalición con otros, para hablar con otros, para interactuar.

HanzContrerasPulache