

Revelando las emociones: una investigación en curso

Joaquín A. IBÁÑEZ ALFONSO
Servicio Andaluz de Salud. Sevilla

Resumen

Desde la antigüedad filósofos y pensadores se han interesado por las emociones. Su estudio científico está vinculado con los orígenes de la Psicología como disciplina independiente y hoy día estamos viviendo una auténtica *revolución emocional* en cuanto a su entendimiento. En este trabajo se intentará una aproximación a lo que entendemos por emociones, así como una pequeña revisión del sustrato neurológico que las posibilita y las funciones que cumplen estas complejas reacciones. Las emociones están profundamente imbricadas en nuestra vida mental y cada vez parecen ser más abundantes sus alteraciones. Esto puede deberse a un desfase entre organismo y estructura social (lo que se conoce como *retraso en el genoma*); no obstante, la mayor parte de estas afecciones podrían paliarse con una adecuada educación emocional que surja desde un paradigma de vida saludable y desarrollo integral del individuo en sociedad, abriéndose las puertas a una nueva Psicología Positiva del siglo XXI, preventiva y centrada en la Salud Pública.

Palabras clave: emociones (conceptualización, sustrato neurológico y funciones), retraso en el genoma, educación emocional, psicología positiva.

Abstract

Philosophers and thinkers have been keen on emotions since Antiquity. Its scientific study is related to the origins of the Psychology as an independent discipline and nowadays we are living a genuine *emotional revolution* as for its understanding. In this piece of work we will try an approach to what we consider as emotions and will present a short review of the neurological substratum that makes them possible together with the functions these complex reactions perform. Emotions are deeply overlapped in our mental life and its disturbances seem to be increasing. It can be due to a bad adjustment between organism and social structure (what is known as *genoma lag*); nevertheless, most of these alterations could be mitigated by a suitable emotional education coming from a paradigm of healthy life and integral growth of the individual in society, the whole opening the door to a new XXIst century Positive Psychology, preventive and focused on Public Health.

Key words: Emotions (Conceptualisation, Neurological substratum and Functions), Genoma lag, Emotional Education, Positive Psychology.

Dirección del autor: Unidad de Neuropsicología. Unidad de Esclerosis Múltiple. Hospital Universitario Virgen Macarena. Sevilla. *Correo electrónico:* jk_ibanez@yahoo.es

El presente artículo es un extracto del trabajo presentado a la convocatoria de *Premio Extraordinario Fin de Carrera* de la promoción 1999-2004, en cuyas bases se establecía la elaboración de un trabajo de temática libre en el que se sintetizaran de forma creativa diferentes áreas de los estudios en Psicología.

Recibido: noviembre 2004. *Aceptado:* julio 2005.