



NEUROCIÈNCIA

## L'empatia pot portar a l'altruisme o a l'angoixa

Un estudi analitza quin tipus de resposta es produeix davant del patiment aliè

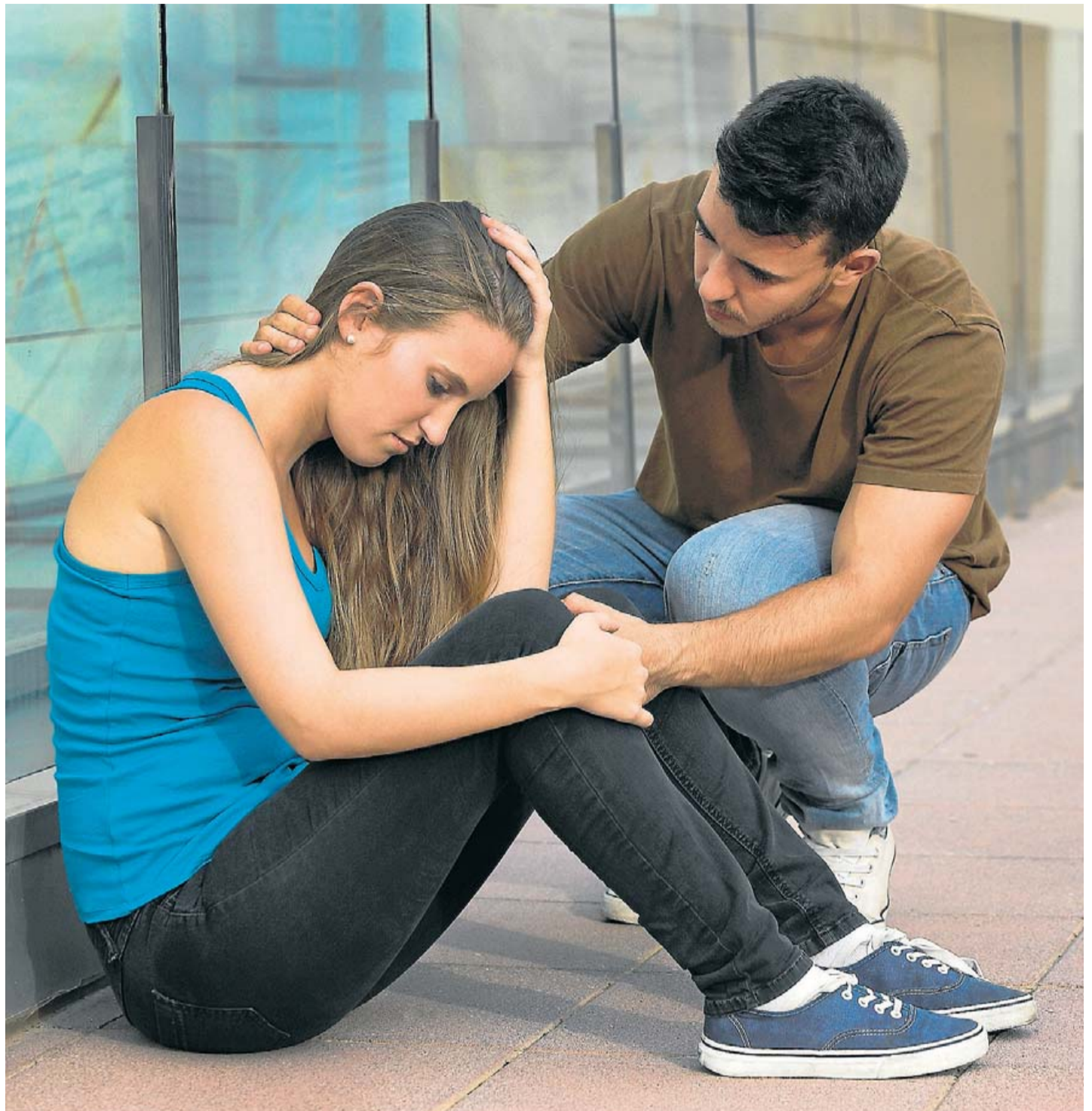
David Bueno

L'empatia és la capacitat cognitiva que ens permet percebre les emocions de les altres persones i identificar-nos-hi. Contribueix a mantenir unides i raonablement estables les societats humanes, ja que permet que ens identifiquem amb els estats emocionals dels altres i, per tant, que hi coordinem els nostres per harmonitzar la vida comuna. Tanmateix, no totes les reaccions empàtiques són iguals. Hi ha persones que quan perceben patiment en altres individus senten l'impuls d'ajudar-los fins a arribar a l'altruisme. Aquesta és l'anomenada empatia atencional. D'altres, en canvi, davant la mateixa situació, experimenten una angoixa que pot arribar a bloquejar qualsevol possibilitat efectiva d'ajudar els que pateixen. Se'n diu empatia afectiva.

L'investigador Tor D. Wager i el seus col·laboradors de la Universitat de Colorado han examinat quines diferències en l'activació cerebral hi ha entre aquests dos tipus de reaccions. Els resultats, que han publicat a la revista *Neuron*, indiquen que es correlacionen amb l'activació de zones diferenciades del cervell, i coincideixen amb la manifestació de diverses emocions: les persones que noten angoixa experimenten emocions negatives davant el patiment dels altres, mentre que les que tenen ganes d'ajudar-los mostren una barreja d'emocions positives i negatives.

### Mesurar l'empatia

Els científics van demanar a 66 voluntaris d'ambdós sexes i d'edats similars que llegissin la biografia real de diverses persones on es descriu el seu patiment. Aquestes biografies incloïen, per exemple, la d'un nen que havia nascut amb una malaltia congènita, la de diversos adults afectats de càncer i les experiències de diverses persones sense sostre. Mentre les llegien, se'ls va monitoritzar l'activitat cerebral i se'ls va passar un test per avaluar si sentien tristesa,



L'empatia és la capacitat cognitiva que ens permet percebre les emocions dels altres i identificar-nos-hi. ANTONIO GUILLEM / GETTY

por, fàstic, ira, felicitat, sorpresa i sentiments positius o negatius. El test també quantificava el seu grau d'angoixa o, alternativament, de disponibilitat a ajudar d'alguna manera les persones que estaven patint.

Les persones que es van angoixar en llegir aquestes biografies coincidien completament amb les que tenien estats emocionals negatius. En canvi, les que estaven més disposades a ajudar-les mostraven un equilibri d'estats emocionals negatius i positius. Pel que fa a l'activitat cerebral, les persones que estaven

més predisposades a col·laborar, és a dir, les que manifestaven empatia atencional, mostraven una gran activitat en dues zones concretes del cervell anomenades nucli accumbens i escorça orbito-frontal medial. El nucli accumbens està implicat en la generació de sensacions de premi i de recompensa davant les accions que realitzem. L'escorça orbito-frontal intervé en el processament cognitiu i la presa de decisions. D'altra banda, les persones que s'angoixaven, és a dir, les que manifestaven empatia afectiva, mostraven una gran activitat en zo-

nes de l'escorça premotora i somatosensorial, encarregades de processar i respondre a les percepcions que rebem de l'exterior. Possiblement aquesta activitat explica que els afectats més sensorialment i vívidament el patiment dels altres, fins a arribar a angoixar-los.

### Empatia i generositat

Finalment, en acabar l'experiment es va donar a tots els participants l'oportunitat de cedir part de la gratificació econòmica que rebien com a voluntaris, 100 dòlars, a una entitat d'ajuda a persones desfavorides. Els que havien experimentat empatia afectiva i s'havien angoixat van donar molts menys diners que els que havien mostrat empatia atencional. Per tant, l'empatia afectiva bloqueja la capacitat de resposta, mentre que l'atencional contribueix a afavorir la cooperació.

Les implicacions socials, molt especialment per als professionals que han de tractar amb persones que pateixen, com el col·lectiu mèdic o el de suport a víctimes i refugiats, són evidents. Segons els autors del treball, poden marcar la diferència entre sentir-se "cremat" per la feina o, alternativament, recompensat. —

David Bueno és professor de genètica de la UB i divulgador científic

## L'EMPATIA DE LES RATES

Tots els mamífers socials mostren un cert grau d'empatia. Tal com passa amb les persones, això els ajuda a estabilitzar les seves relacions. A finals del 2015 es va publicar un treball a la revista *Animal Cognition* que analitzava el grau d'empatia de les rates, uns animals que també estableixen grups socials. Es diu que les rates són els primers animals que abandonen un vaixell que s'enfonsa, ¿però s'ajuden entre elles quan passa això? Per comprovar-ho, els investigadors van dissenyar unes gàbies amb una separació al mig, de manera que podien inundar-ne una meitat. A les rates que estaven a la part seca els van oferir xocolata, un dels seus menjars preferits. Al mateix temps, inundaven l'altra part de la gàbia, on també hi havia rates. La majoria de rates de la zona seca van preferir ajudar les seves companyes de la zona inundada perquè no s'ofeguessin abans que menjar el preuat bocí de xocolata. La seva activitat cerebral, a més, mostrava una activitat similar a la de l'empatia humana.