

# Tendencias

## Nuevos cambios sociales

# Estado de ánimo bajo la crisis

### Cervell de Sis

**S**in duda, hay motivos para preocuparse. La crisis es real y los pronósticos, pesimos. Pero el ser humano nunca lo ha tenido fácil. Vivir es algo más bien hostil, un eludir constante de dificultades y de vez en cuando, alguna satisfacción vital. Por eso los seres humanos capacitados de *trucos biológicos* para amortiguar los varapalos y las frustraciones se fueron seleccionando a lo largo de la evolución: somos una especie optimista.

El cerebro dispone de engranajes para engañarnos, nutriéndonos de energía, bienestar y activi-

dad para no desfallecer, hacernos creativos y, así, sobrevivir. Contiene redes neurales para aprender qué estímulos predicen encontrar un recurso y despertar la necesidad de obtenerlo aunque no se necesite. Otras predisponen a lanzarse sin pensar demasiado a hacer alguna cosa dejando que la razón sólo actúe hasta donde se lo permite la emoción. Por ejemplo, un estado de ánimo puede ser más decisivo que unos cálculos económicos a la hora de comprar. El cerebro también prefiere más lo que se consigue sin demora que lo que precisa de tiempo. Y por si fuera poco, nos permite experimentar estados muy agradables cuando conseguimos algo y más, cuando estamos a punto de conseguirlo.

Estos procesos intervienen a la hora de comprar, y no son idénti-

cos en todas las personas e incluso pueden funcionar inadecuadamente, produciendo trastornos mentales. Dependen del sustrato genético, neuronal y de la propia situación que los modula. Los mismos factores que influyen sobre el estado de ánimo, como el sueño, son capaces de variar la conducta de compra: dormir poco hace que se compre más.

La situación ha de ser francamente negra para que venza a los mecanismos naturales del optimismo y la búsqueda de recursos. En el actual contexto de crisis, se ampliarán las inversiones destinadas a comprar artículos de primera necesidad en detrimento de las menos necesarias, porque el cerebro incorpora el valor que tienen para la supervivencia, pero no se deprime con facilidad.●

**CERVELL DE SIS:** *David Bueno, Enric Bufill, Francesc Colom, Diego Redolar, Xaro Sánchez, Eduard Vieta*