

**Nombre de alumno: Erik Suriel García
Gómez.**

**Nombre del profesor: Lic. Luis Miguel
Sánchez Hernández.**

**Nombre del trabajo: Ensayo: Las
emociones y su origen.**

Materia: Desarrollo humano.

Grado: 6to Cuatrimestre.

**Lic. En Medicina Veterinaria y
Zootecnia.**

LAS EMOCIONES Y SU ORIGEN.

En este ensayo hablaremos de un tema de mucha importancia, para nosotros los seres humanos, para iniciar con este tema, para mí las emociones son reacciones neurofisiológicas desencadenadas por un estímulo interno o externos, se dice que debe estar unidas a un sentimiento, en una página del libro en raíz latina, la palabra “emoción” es “emovere”, formada por el verbo “motere” que significa “mover” y el prefijo “e” implica alejarse, entonces una emoción es un impulso que nos invita a actuar, esto es la autopercepción de una determinada emoción, es la expresión subjetiva de las emociones, una emoción es una reacción subjetiva ante un estímulo, que suele ir acompañada de cambios orgánico, ya sea un sentimiento intenso dirigido hacia alguien o algo, puede ser de corta duración, se pueden acompañar con expresiones faciales, una emoción, puede llegar a convertirse en un estado de ánimo si permanece en la persona durante un período de tiempo significativo. Para enfocarnos más en el tema ahora que ya sabemos cuál es el concepto de esta palabra, tenemos que saber de dónde viene, cuál es su origen como lo indica el tema, se dice que día a día los Humanos experimentamos infinidad de emociones, estas se viven, se sienten, se reconocen, pero no todas se pueden expresar en palabras o conceptos, no hay persona que pueda vivir un solo día sin experimentar alguna emoción, es imposible al menos que este muerto como dice la autora Laura Esquivel, toda emoción o sensación se da al recibir algo, ya sea un beso un regalo, un abrazo, caricia, al oler, al probar, al ver algo, las emociones también pueden ser ideas, recuerdos a través de una imagen, aquello que hemos experimentado en algún momento. Existen lugares, que es imposible que una persona le pueda contar a otra todos los pensamientos que tuvo en un día, al compartir un sentimiento o una emoción se considera una falta de tacto, una conducta antisocial, se promueve, se enaltece la desconfianza, se estimulan los más aberrantes extremos de individualismo, que en realidad no son más que máscaras patéticas de una sociedad a la que le estorban las emociones, la sociedad se cierra que no le importa si uno está triste o no, si necesita hablar o no, si la comida que tiene en la boca le recordó a su abuela, o a su

hijo muerto, aun vamos a tener ese tiempo suficiente para escuchar todos los pensamientos de un compañero de trabajo, nosotros como seres humanos tenemos dificultad para compartir pensamientos, que todas esas cosas siempre estuvieron acompañados por emociones. Una persona es como una máquina, siempre está pensando, siempre esta emocionado, antes considerábamos que el pensamiento y la emoción eran cosas distintas que podían separarse, que un hombre funcionaba mejor sin la interferencia de estados emotivos. Según la Autora Laura en el tiempo de Neoclasicismo evitaron manifestaciones culturales, manifestaciones artísticas y religiosas, por considerar que su contenido fuertemente emotivo pone en peligro la estructura monolítica de sus principios políticos, nos daremos cuenta de que la humanidad ha convertido la relación entre las emociones y el pensamiento en un hecho casi irreconocible, ahí sale el termino inteligencia emocional y se ha tomado conciencia de que el estado emocional de una persona determina la forma en que percibe el mundo, el cerebro funciona mejor con una correcta irrigación sanguínea, se encarga de sostener el corazón, su función del corazón está determinado en gran parte por las emociones, no son las misma emociones con un corazón deprimido que uno gozoso, no se envía al cerebro la misma cantidad de sangre lo emocional altera y determina la forma en que el cerebro procesa la información que obtiene del mundo exterior, anatómicamente y fisiológicamente sabemos que un cerebro sin irrigación sanguínea es un cerebro muerto. Con los nuevos métodos para explorar el funcionamiento del cuerpo y del cerebro, se dice que el Hombre nació con dos sistemas que lo ayudaron en su labor de supervivencia, el simpático y el parasimpático, sistemas primitivos, hasta ahora en la actualidad están con nosotros, desempeñan un papel importante en cada aspecto de nuestra vida diaria, Sin ellos no podríamos saber a qué nos enfrentemos hablando de retos externos e internos a los que nos vemos expuestos, este sistema es un componente del Sistema Nervioso Central, menos dependiente es de las funciones cerebrales más sutiles y desarrolladas de la corteza, tiene influencia sobre la expresión del Autónomo, la mayor parte de sus reacciones son totalmente autónomas, por eso los seres humanos pasamos trabajos para controlar la manifestación espontánea de nuestras emociones. La parte primitiva del cerebro es el tronco cerebral que rodea la parte

superior de la médula espinal, regula las funciones vitales básicas del ser humano, como son la respiración y el metabolismo, en esta zona nacieron las emocionales, nos dice que el cerebro emocional existió mucho tiempo antes que el racional. El sistema nervioso actúa por nosotros poniendo a funcionar de forma automática ya sea el sistema Simpático o el Parasimpático, dependiendo de la forma en que queramos encarar la situación, ya sea enfrentándola o huyendo, a veces nos paraliza por completo y nos deja incapacitados para luchar. En ese caso, lo más probable es que perdamos el control de nuestros esfínteres, pues nuestro estado psicológico pone a funcionar el sistema Parasimpático. Existen personas que pueden controlar sus emociones de una forma sorprendente, se trata de un individuo con un alto grado de desarrollo espiritual, en la mayor parte de los casos el control resulta ser una forma patológica de reprimir la libre expresión de nuestra condición humana, que provoca graves trastornos y deterioros físicos y psicológicos, una emoción puede ser experimentada por un rayo o como un suspiro, pero se dice que todo depende de que piense uno al recibir un estímulo para que el resultado emotivo sea distinto, todo consiste en lo que opine, así de simple y así de complicado, una emoción produciría sin reservas la reacción adecuada, cada Ser Humano acepta, reconoce como emoción cuando esta triste o enojado, no es más que el resultado de una cadena de reacciones, que a su vez generan otra cadena de reacciones, lo que un ser hace, es una emoción determinada y esa emoción, provoca una acción. Yo opino igual que la autora que es interesante analizar las emociones, con esto podemos descubrir cuáles son las esperanzas, los sueños de cada persona que nos rodea, ampliando con esto nuestra capacidad de comprensión y de aceptación de los demás, esto sería de mucha importancia para el conocimiento del ser humano, si logramos comprenderlas y aceptarlas adecuadamente, esta parte del libro me gusto más, podemos hacer eso que los Antiguos Griegos hicieron; aceptaron el valor del pasado, el origen primitivo de las emociones y supieron darles un lugar dentro de su mundo civilizado y racional, dándole a cada uno su lugar, expresando su profunda percepción de la realidad humana, cumpliendo con la máxima para conocerse así mismo. Para finalizar este ensayo, este capítulo nos deja una forma de pensar o de ver de qué forma podemos expresar nuestras emociones, de darle sentido o de otra perspectiva a una situación,

saber en dónde y en qué momento actuar, ahora nos queda claro que las emociones esta unidas con los sentimientos, no existen hombres o mujeres que no tengan emociones, sino es porque no saben cómo expresarlo, ya que estos nos ayudan a comunicarnos o nos relaciona con los demás, pero sobre todo nos relaciona con nosotros mismos, nuestro yo con nuestras emociones nos hace crecer como personas, nos llegamos a querer un poco más, comprendernos un poco más, a pertenecernos y que pretendemos mejorar cada día sabiendo controlar y sobre llevar cada una de nuestras emociones.

Referencia bibliográfica:

Esquivel Laura. (2001). *El libro de las emociones Son de la razón sin corazón*. 1er edición virtual e-libro.net.