

1. Poesia Trovadoresca

➔ Manual · p. 69

**“Humor e Comunicação”**

02 min 32 s

Pensamento Cruzado – Mésicles Helin, Vítor Cotovio e Margarida Cordo,
TSF, 16 de junho de 2010

Mésicles Helin Vítor Cotovio, qual é a componente orgânica ou biológica do humor?

Vítor Cotovio Para além de enquadrarmos o humor como uma forma sublime de comunicação, na minha perspetiva, acho que, acho, não é acho, aqui tenho a certeza, até pelas investigações que decorrem do que é este estudo do humor. O humor tem uma componente, obviamente, da mente e uma componente física e começa logo por mobilizar a nível da sua reprodução aquilo que é, se ligarmos o humor ao riso, temos logo para aí mais, à volta de 15 músculos da face a trabalharem, não é? E mais uns espasmos respiratórios. Por isso é que levado ao extremo, não se assustem os ouvintes, as pessoas podem morrer com uma grande piada. Mas aqui, não se assustem, porque estou a brincar. É com sentido de humor.

Por outro lado, também identificámos aquilo que são os grandes sisudos e as consequências disso. Dizem por exemplo que o Newton raramente ria e que Estaline também. Era uma pessoa que não ria. Mas voltando à componente biológica e isso é muito importante. Realmente o humor contribui para a qualidade de vida. O humor, assim como o amor, assim como o exercício físico mobilizam determinado tipo de respostas a nível biológico que são desta ordem: aumentam as nossas respostas imunológicas, ou seja, o nosso sistema imunológico, aquilo que nos defende das infeções melhora com o humor. As nossas endorfinas, em termos de resposta neurobiológica, também sobem com o humor, endorfinas essas que são substâncias químicas que nos protegem do sofrimento e da dor, para falar de algumas. Se os nossos recursos biológicos e endócrinos melhoram é evidente que estamos mais protegidos daquilo que é o risco da doença, logo aqui faz todo o sentido potenciarmos aquilo que é o humor. Para além das outras questões. Freud interessava-se pelo humor, curiosamente, comparava muitas vezes o humor ao sonho, porque também achava que era uma linguagem metafórica, aquilo que levava ao humor, a piada. Há uma obra de Freud que [é] *A piada e a relação com o inconsciente*. E ele associava muito o mesmo significado a um significado equivalente ao nível da condensação das mensagens, daquilo que é o nosso inconsciente, e o humor servir como intermediário. É engraçado, que também há aqui uma componente que não é biológica e que foi estudada.

OEXPI0DP © Porto Editora

