

MEDO, QUEM NÃO TEM?

Tenho medo de gente e de solidão
Tenho medo da vida e medo de morrer
Tenho medo de ficar e medo de escapular
Medo que dá medo do medo que dá

Pedro Guerra / Lenine / Robney Assis

Imagine a cena: você está sozinho em casa e com exceção da TV, o silêncio é total... A porta da cozinha bate repentinamente. Seu coração acelera e os músculos enrijecem. Um segundo depois, você percebe que era apenas o vento. Você, por um momento, sentiu tanto medo que reagiu como se sua vida estivesse em perigo.

Todo mundo sente medo. Mas porque temos essa reação tão intensa?

Na biologia, o medo é considerado um importante elemento de preservação da vida. Em algumas espécies ele já vem desde o nascimento, o medo inato. A presença ou mesmo o odor de um gato é sinal de perigo para ratos que nunca tiveram contato com felinos. O medo também pode ser aprendido por condicionamento, surgido de uma experiência ruim que não queremos reviver.

Muitos estudos vêm sendo feitos para se entender os circuitos anatômicos, neurológicos e hormonais envolvidos no medo. Inicialmente o perigo é percebido pelos nossos órgãos do sentido, como olhos e ouvidos, e, em seguida, uma região do cérebro é ativada, o tálamo. Alguns pesquisadores acreditam que o cérebro organiza padrões de fuga e luta antes que tenhamos consciência plena do que causou o medo. Só então ocorre uma resposta refinada, por circuitos cerebrais bem diferentes, que nos permite definir se a situação é mesmo perigosa ou não.

O medo é importante, mas não dá para deixá-lo tomar conta da gente, senão, a vida pára pelo medo de morrer e pelo medo de viver.

Texto originalmente escrito por Adlane Vilas-Boas para o programa Ritmos da Ciência, da **Rádio UFMG Educativa 104,5 FM**, e adaptado por Michelle de Melo.



teia de textos



BHTRANS



PREFEITURA
BELO HORIZONTE



Conselho Nacional de Desenvolvimento
Científico e Tecnológico



Fundação de Amparo à Pesquisa do
Estado de Minas Gerais



UFMG

Projeto realizado com o apoio do PROEXT 2010 - MEC/SESu.

31 | 3586 2511

www.teiadetextos.com.br

www.ufmg.br/ciencianoar

teiadetextos@gmail.com