



Mistérios do cérebro

Por que é difícil lembrar dos nossos sonhos? Entenda esta e outras curiosidades do nosso dia-a-dia

Páginas 4 e 5

Nosso comandante

Entenda algumas das curiosidades do nosso dia-a-dia,
explicadas pelo funcionamento do cérebro

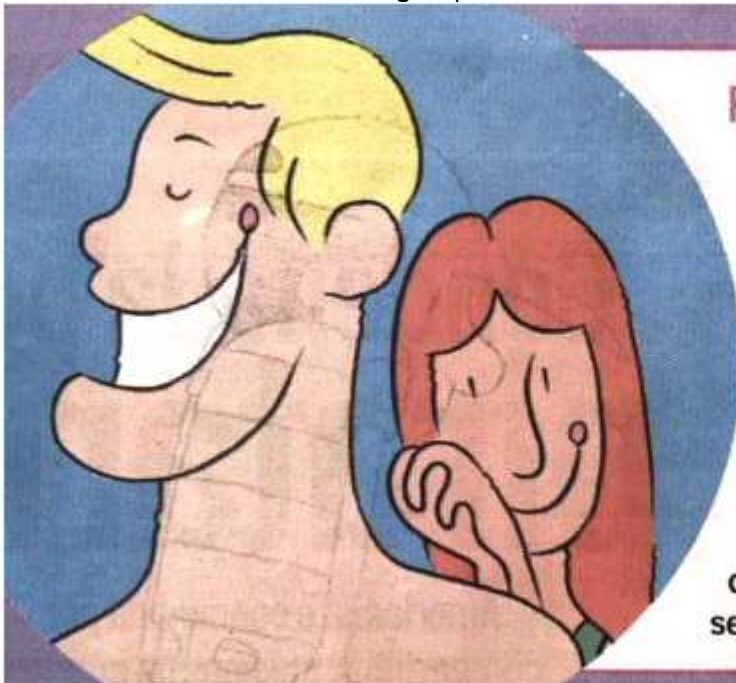
Josy Fischberg

O corpo humano guarda muitos mistérios. São tantos que, muitas vezes, nem paramos para pensar por que nos espreguiçamos, ou por que mentir é difícil, ou por que esquecemos o número de telefone que discamos ontem. Mas a neurocientista Suzana Herculano-Houzel nunca parou de fazer perguntas. Ainda bem! Porque, como o Globinho adiantou na semana passada, no "Notícias miúdas", ela lançou um livro chamado "Por que o bocejo é contagioso?" (Jorge Zahar

Editor), com questões muito divertidas desvendadas pela neurociência.

A neurociência estuda o funcionamento do sistema nervoso, principalmente do cérebro. E é a partir dele que várias explicações sobre o nosso dia-a-dia podem ser encontradas.

O Globinho foi atrás de algumas das questões levantadas no livro, que reúne mais de 60 perguntas muito interessantes. Nesta reportagem, você encontrará algumas das respostas, mas ler o livro todo é diversão na certa. Você não vai se arrepende.



POR QUE GOSTAMOS DE OLHAR PESSOAS BONITAS?

Porque a beleza é um indicador importante de saúde e de características que desejamos ter. Nosso cérebro, por sua vez, tem em seu sistema um detector automático de beleza. Toda vez que ele é ativado, como quando vemos uma pessoa bonita, sentimos prazer. Curiosamente, não faz a menor diferença se a pessoa admirada é do sexo oposto ou não.

POR QUE ALGUNS IDOSOS SE LEMBRAM DA INFÂNCIA, MAS NÃO DO QUE FIZERAM ONTEM?

Porque existem diferentes sistemas de memória e a permanência das memórias depende do seu uso. Memórias sobre acontecimentos requerem o funcionamento do hipocampo, uma estrutura do cérebro responsável pela formação de memórias novas. Só que os neurônios (células) do hipocampo têm vida curta e a memória que está lá pode ser apagada.

POR QUE É DIFÍCIL LEMBRAR DOS SONHOS?

Porque eles acontecem durante um período em que os sistemas de memória de longa duração do cérebro estão desligados. Até onde se sabe, todo mundo sonha, e várias vezes por noite. Para lembrarmos de um sonho, no entanto, é preciso acordar durante um deles. A chance de lembrar do último sonho da noite, já de manhã, é grande, ainda mais se você criar o hábito de acordar devagar.

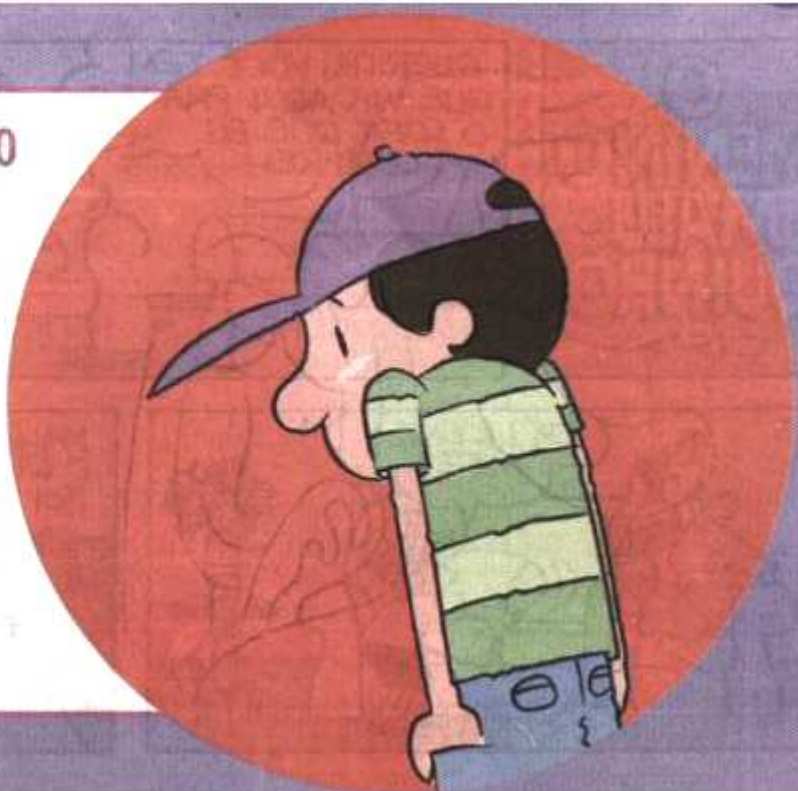
POR QUE OS CHEIROS RUINS PASSAM COM O TEMPO?

Porque o cérebro se acostuma. O nome desse fenômeno é **habituação** e ele acontece porque muitos neurônios (células do cérebro) que estão ligados ao olfato têm que perder a sensibilidade a um estímulo. É como se o neurônio ficasse cansado de responder a um estímulo. Isso é importante porque ajuda o sistema nervoso a dar atenção principalmente aos estímulos novos.



POR QUE ALGUMAS CRIANÇAS SÃO TÍMIDAS?

A maioria das crianças possui um certo grau de timidez. Ela é útil para que a criança tenha cuidado em seu primeiro contato com o desconhecido. Mas ter temperamento tímido pode ser uma questão de genética, ou seja, algo que herdamos dos nossos pais, como a cor dos nossos cabelos ou a nossa altura. Mas isso não quer dizer que o ambiente ou a educação também não influenciem.



POR QUE A GENTE VOMITA?

Intoxicação, problemas no estômago, enxaqueca, entre outros, nos fazem vomitar porque ativam o hipotálamo, uma estrutura do cérebro que cuida do estado das nossas funções orgânicas. Assim, ele produz a náusea, que provoca uma contração dos músculos inspiratórios e expiratórios, além de uma contração do diafragma e dos músculos do abdômen. Assim, colocamos para fora tudo que está em nosso estômago!

POR QUE SOFREMO COM FILMES QUE SABEMOS SER DE FICÇÃO?

Porque nosso cérebro se incomoda com a dor alheia como se ela fosse nossa, ou seja, ele "se contamina" facilmente pelas emoções dos outros. A simples possibilidade de dor alheia já é suficiente para disparar no cérebro uma série de reações que têm tudo para explicar essa empatia: somos capazes de nos colocarmos no lugar dos outros.



POR QUE SENTIMOS SAUDADE?

Porque nosso cérebro é capaz de trazer à lembrança memórias de sensações e situações que vivemos no passado e projetá-las para um futuro imaginado. Quando essas sensações e situações são boas para nós, surge a saudade, que é a ansiedade que sentimos de voltar a estar na companhia de uma determinada pessoa ou em algum lugar. Mas lembrar de um parente que já faleceu normalmente nos faz chorar. Porque sabemos da impossibilidade de um futuro próximo com essa pessoa.