

El coronavirus y las emociones

El conjunto de estados del cerebro que denominamos emociones tiene un solo objetivo: prepararnos y ayudarnos a decidir qué debemos hacer en cada momento.

Nuestras emociones reflejan fielmente las predicciones que hace nuestra mente sobre cualquier circunstancia, para poder así prepararnos ante cualquier situación inesperada.

Sin embargo, cuando el conjunto de estas emociones no se encuentra bien calibrado con respecto a la amenaza, o cuando emitimos juicios sobre conductas de las que no tenemos suficiente información, hay muchas probabilidades de que nuestros sentimientos nos lleven por un mal camino.

Se podría argumentar que la solución consistiría en tener una actitud personal más reflexiva. Sin embargo, por desgracia sabemos que cuando las personas pasan excesivo tiempo pensando en un problema del que no conocen todos los hechos relevantes para tomar una decisión justa e informada, existen mayores posibilidades de que sus sentimientos se desboquen al intentar rellenar los espacios vacíos. No estamos aún en disposición de juzgar la gestión de la Odontología Española durante la crisis del coronavirus, quizás porque no ha transcurrido suficiente tiempo, o porque no tenemos los datos profesionales que nos permitan evaluar, a medio plazo y con objetividad, las medidas implementadas.

Sin embargo, no hay que ser un prodigio del análisis estadístico para reconocer que, durante estos largos días de confinamiento, ha sobrado nerviosismo, impaciencia, agitación y deslealtad en muchas personas que, aunque estuviesen cargadas de razón, han llevado a cabo acciones que han estado fuera de lugar y, sobre todo, de oportunidad.

Las emociones de estos meses han sido casi más intensas y peligrosas que el propio coronavirus y, por esa razón, todos debemos de recargar los circuitos de la cordialidad para buscar una salida racional a esta profunda crisis.

José María Suárez Quintanilla

Director de RCOE

