

Le facce arrabbiate rendono la cena indigesta

Se vuoi goderti il pasto, scegli bene i commensali: espressioni negative rovinano anche il piatto più gustoso.



Il cibo ha più gusto in buona compagnia, è risaputo: basta vedere come siamo ridotti dopo un'abbuffata con gli amici. Ora uno studio italiano conferma questo effetto, e si spinge anche più in là: mangiare "esposti" a volti seri o arrabbiati condiziona negativamente la desiderabilità del cibo che abbiamo nel piatto.

Consumare il pasto davanti a facce allegre rende il cibo più appetibile, e non solo. Persino mangiare in contesti privi di stimoli esterni - ossia neutri, senza interazioni ma solo a contatto con il cibo - è preferibile a pranzare, o cenare, davanti a una lite o al volto indispettito di un cameriere.

LA MANGERESTI? Un gruppo di psicologi delle università di Udine, di Parma e della Cattolica di Milano ha sottoposto a un gruppo di partecipanti le foto di una pizza margherita i cui colori erano stati ritoccati per condizionare la desiderabilità del cibo. I volontari hanno dovuto

giudicarne l'appetibilità in assenza di altri stimoli (contesto neutro) e dopo aver visto immagini di volti felici, arrabbiati o senza particolari espressioni.

FINALMENTE SI MANGIA! La rabbia è stata preferita al disgusto per lo stimolo negativo, perché non legata al contesto-cibo. Le facce felici, così come l'assenza di particolari contesti emotivi, hanno evocato i più alti punteggi di desiderabilità per ogni sfumatura di pizza proposta, rispetto ai volti neutri o arrabbiati, che invece hanno influenzato negativamente l'appetibilità del cibo. I dati dimostrano che in un individuo sano, anche soltanto la presenza di cibo - senza particolari aggiunte - evoca emozioni positive.

SE SEI ARRABBIATO, LO SONO ANCH'IO. Lo studio conferma inoltre che il contesto emotivo che ruota attorno al momento dei pasti ha ripercussioni sulla desiderabilità del cibo, probabilmente per i meccanismi di risonanza ed empatia con i quali ci specchiamo e sintonizziamo immediatamente nelle emozioni altrui. Un effetto di cui andrebbe tenuto conto, per esempio, nelle mense ospedaliere, nelle case di riposo e in tutte le situazioni in cui sorriso e buone maniere possono fare la differenza.

fonte: <http://www.focus.it/comportamento/psicologia/le-facce-arrabbiate-rendono-la-cena-indigesta>

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)