

# El miedo colectivo: el paso de la experiencia individual a la experiencia colectiva

Juan Antonio Barrera Méndez\*

El objetivo del presente artículo es brindar un panorama general del miedo como una emoción que se presenta de forma individual y que se puede compartir de forma simultánea en su versión de miedo colectivo.

En la vida anímica individual, aparece integrado siempre, efectivamente, «el otro», como modelo, objeto, auxiliar o adversario, y de este modo, la psicología individual es al mismo tiempo y desde un principio, psicología social, en un sentido amplio, pero plenamente justificado.

Sigmund Freud, *Psicología de las masas y análisis del yo*

## Antecedentes

**E**n principio como seres humanos no vivimos aislados sino que estamos rodeados por otras personas, somos seres relacionales y nos hayamos vinculados, de un modo u otro, a: padres, hermanos, amigos, grupos, parejas, instituciones y a una sociedad. Cognición y emoción son dos formas de conducta las cuales se influyen mutuamente. Cuando una persona razona que un sitio es inseguro le genera miedo. Y cuando manejamos nuestros temores pensamos esos mismos lugares más seguros. Ambos son sistemas

adaptativos para enfrentarnos en lo individual o en lo colectivo a estímulos amenazantes. Sin embargo, la fórmula no es tan simple como parece, pues todas las conductas del ser humano se deben a una multiplicidad de variables y resulta muy importante comprender las bases científicas bajo las cuales se manifiestan.

En conductas sencillas vemos reflejadas nuestras emociones y su intensidad. Escuchar en las noticias el informe de una pandemia como la influenza genera temor si ésta se localiza en nuestra propia ciudad. Incluso el estar expuesto a un accidente o asalto puede impactar el cuerpo y mente de la persona derivando en un ataque de pánico. Enterarse de un posible golpe de Estado o un huracán produce miedo colectivo.

La forma como se viven las emociones de forma individual (esquema emocional), las transporta también a los grupos sociales de pertenencia y referencia, y por supuesto se reflejan en nuestras conductas de interacción con una multitud.

Si bien las emociones forman parte del bagaje con el que nacemos los seres humanos, se van nutriendo a medida que interactuamos con los otros, y se van aprendiendo en principio de nuestros padres.

Existen varios autores que se han dedicado al estudio de los orígenes del desarrollo de los seres humanos en etapas tempranas y su adaptación social, entre ellos se encuentran Mary Ainsworth, Jessica Benjamín y John Bowlby<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Barrera, J. A. (2008) *Celos*, Editorial Norma, México.

\* Profesor-Investigador del Departamento de Psicología de la UAM-I.

En el contexto de los cuidados físicos y la seguridad afectiva, el autor de la teoría del apego y la base segura, John Bowlby, demostró que la sociabilidad entre los bebés era un fenómeno primario y no secundario. También puso en evidencia que la separación del niño y de sus padres y la falta de contacto social, afectaba seriamente el desarrollo emocional y social de los pequeños.

El apego se constituye, por tanto como una relación que se establece a partir de la combinación de dos elementos: los cuidados físicos y la seguridad afectiva<sup>2</sup>. Asimismo, en el aprendizaje de la infancia al mostrar nuestras emociones podemos traerlas a la edad adulta y consciente o inconscientemente las activamos.

### **El miedo, una emoción: ¿adaptativa, primaria, secundaria, positiva, negativa, opuesta, individual o colectiva?**

Emoción significa “conmover”, es energía en movimiento que se traduce en un sentimiento intenso y son diversos impulsos los que nos llevan a actuar cuando estamos envueltos en una emoción. También puede ser entendida como una agitación o perturbación de la mente.

Se han propuesto diferentes formas de analizar las emociones dentro de las cuales van desde las que exaltan su función adaptativa, otras se analizan por su orden de aparición en nuestra vida y se les llama primarias o secundarias, otras más se relacionan con el grado de placer o displacer que producen identificándolas como positivas o negativas, otras se identifican por tener un contrario u opuesto, y una clasificación más, depende del grado de interacción social yendo desde su manifestación individual hasta alcanzar los siguientes niveles: grupal, intergrupal y de multitudes.

### **Las emociones en su función adaptativa**

Desde la época del científico británico Charles Darwin (1809-1882), se comenzaron los primeros estudios sobre el origen del hombre con un formato científico. Con respecto a las emociones, Darwin aseveró que “estas no eran racionales o irracionales, simplemente cumplen una función adaptativa”<sup>3</sup>. Así en la lucha adaptativa de la vida en lo que

él llamó la selección natural, las emociones de acuerdo al autor de la teoría de la evolución de las especies, tienen una función adaptativa al medio ambiente y de comunicación entre las especies.

Bajo esta perspectiva de análisis, el miedo es un producto emocional de la amígdala, localizada en la base del cerebro y al centro de éste. Cuando se activa mediante un estímulo amenazante produce una hormona llamada vasopresina, la cual desencadena, además del miedo, también ansiedad, y dispone a la persona para la lucha, la huida y la evasión del dolor, y todas las funciones de conservación del individuo y de la especie.

El miedo también produce cambios fisiológicos inmediatos. Las emociones son estados caracterizados por activación fisiológica (sudoración, palpitaciones, elevación de la presión sanguínea, variaciones en el ritmo cardiaco, producción de adrenalina, etc.), cambios en la expresión facial (cara de alegría, tristeza o enojo), postura (postura tensa y defensiva) y sentimientos subjetivos.

### **Las emociones en su referencia primaria o secundaria**

Algunos psicólogos comparan las emociones con la tabla de colores (primarios y secundarios), dividiéndolas en un número limitado de emociones primarias y un número mayor de emociones mixtas formadas por combinaciones y derivaciones de las primarias como se describe a continuación:

- Emociones primarias son: alegría, aceptación (receptividad), temor, sorpresa, tristeza, disgusto, enojo, anticipación.
- Emociones secundarias son: optimismo, amor, sumisión, sobrecogimiento, decepción, remordimiento, desprecio, agresión<sup>4</sup>.

### **Las emociones y su asociación: positiva o negativa**

Izard<sup>5</sup>, menciona que las emociones se pueden dividir en positivas como el gozo, el amor y la felicidad; y negativas,

<sup>2</sup> Fischer Gustave (1990). *Psicología Social (Conceptos Fundamentales)*. Editorial Narcea, España.

<sup>3</sup> Darwin, Ch. (1998) *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Editorial Alianza Editorial, España.

<sup>4</sup> Plutchik, R. (1980). “Un lenguaje de las emociones” en *Psychology today*, pp. 68-78.

<sup>5</sup> Izard, C.E. (1971). *The face of emotion*. New York: Applenton-Century-Crofts.

como el temor la ira, la tristeza. En general, las emociones positivas tienden a mejorar la sensación de bienestar y a fomentar las relaciones constructivas con los demás. Las emociones negativas tienden a disminuir la sensación de bienestar y a crear perturbaciones en las relaciones con los demás.

## Las emociones opuestas

Otra clasificación más de las emociones las describe como opuestas. Y, tratándose de emociones antagónicas, pareciera ser que se tratara de dos tipos excluyentes. Sin embargo, una persona puede experimentar ambas al mismo tiempo. Existen evidencias confirmadas por las tomografías por emisión de positrones y las resonancias magnéticas, en donde una persona puede experimentar amor y odio al mismo tiempo, como en el caso de los celos, compuestos por amor y odio.

El mundo de las emociones es un complejo laberinto; sin embargo, para simplificarlo se puede decir que surgen, fundamentalmente, a través de dos vías: de acuerdo a los psicólogos cognitivos, cuando hacemos una valoración mental que atribuye un significado a un suceso externo; según esa valoración podemos sentir rabia, celos, esperanza, alegría, etc. También puede ocurrir que no exista un suceso externo, sino que la emoción surja desde nuestro propio interior, suscitada por nuestros recuerdos o imaginación.

## Las emociones individuales

En psicoterapia, para el manejo de las emociones los terapeutas necesitan reconocer que una misma experiencia emocional, y su expresión, pueden encontrarse enraizados en estados mentales diferentes. Por ejemplo, la tristeza debida a la pérdida de un ser amado es diferente a la ocasionada por una violación o un trauma. Las emociones de miedo y vergüenza por lo general son inhibitorias. Otras emociones tales como el enfado explosivo o el autodesprecio punitivo necesitan ser reguladas mediante el autocuidado. También las emociones placenteras actúan como antídotos de las emociones no placenteras<sup>6</sup>.

En nuestro esfuerzo por controlar nuestro miedo, en ocasiones tendemos a transformarlo y depositarlo en

alguna cosa o persona asignándole una carga de culpa, la cual inhibe la conducta e impide ser interdependiente, de tal suerte que el miedo me anula para, manejar, pensar, dejar una relación de pareja codependiente, o iniciar una relación de pareja, titularme y más.

Cuando una emoción no sale y se encubre se encarna en el cuerpo y se somatiza (trastorno somatoformo). Los trastornos somatomorfos incluyen diversas condiciones en las que un conflicto psicológico se traduce en problemas o síntomas físicos que causan perturbación o deterioro en la vida de la persona. El término somatomorfo proviene de la palabra griega *soma* (cuerpo). Sin embargo, los trastornos somatomorfos son considerados psicológicos y no físicos, debido a que no existe una anomalía física para explicar el síntoma corporal<sup>7</sup>.

Cuando un miedo se queda atorado o somatizado se analiza como un trastorno de ansiedad, y si se complica aún más se le conoce como trastorno de pánico, con su consecuente ataque de pánico.

Uno de los sistemas de clasificación psiquiátricos en versiones más recientes, el DSM-IV, considera conveniente realizar esta diferencia, señalando que los ataques de pánico son períodos discretos de miedo o malestar intenso en los que, al menos se observan cuatro de un listado de trece síntomas somáticos y/o cognitivos. Entre los que se destacan:

- 1) Palpitaciones, sacudidas del corazón o elevación de la frecuencia cardíaca.
- 2) Sudoración.
- 3) Temblores o sacudidas.
- 4) Sensación de ahogo o falta de aliento.
- 5) Sensación de atragantarse.
- 6) Opresión o malestar torácico.
- 7) Náuseas o molestias abdominales.
- 8) Inestabilidad, mareo, o desmayo.
- 9) Desrealización (sensación de irrealidad) o despersonalización (estar separado de uno mismo).
- 10) Miedo a perder el control o volverse loco.
- 11) Miedo a morir.
- 12) Parestesias (sensación de entumecimiento u hormigueo).
- 13) Escalofríos o sofocaciones.

<sup>6</sup> Greenberg L. y Paivio S. (2000). *Trabajar con emociones en Psicoterapia*. Paidós, Barcelona.

<sup>7</sup> Halgin, R. y Krauss S. (2004). *Psicología de la anomalía*. Editorial McGrawHill, México. p. 224.

Además, los ataques de pánico tienen un inicio súbito que se da en un tiempo muy corto, esto es en 10 minutos o menos, llegando a su máxima intensidad en el que sus principales sensaciones son sentir un peligro inminente y un impulso o necesidad de escapar. Las crisis de pánico se definen como un período de miedo intenso y molestias, acompañado de síntomas somáticos y psicológicos<sup>8</sup>.

## Las emociones colectivas

Sangrador<sup>9</sup>, describe cuatro niveles de análisis bajo los cuales desde el punto de vista de la psicología social se analiza la conducta humana: 1) individual, 2) grupal, 3) intergrupal y 4) de multitudes. Todos ellos están relacionados e interseccionados. En el análisis de las emociones, de esta manera el miedo individual se parece pero es distinto en sus componentes de análisis grupal y colectivo o de multitudes.

Federico Munné, menciona que “mientras para el médico, etnógrafo y arqueólogo Gustavo Le Bon, el tema de las masas, multitudes o muchedumbres tenía un enfoque psicosociológico, o sea centrándolo en el comportamiento de la gente en tales circunstancias, para el filósofo español Ortega y Gasset le interesaba el ángulo sociológico de la cuestión y para ser más concretos los aspectos políticos y cultural de la misma”<sup>10</sup>.

La sociedad colabora con el miedo, al magnificar la información alarmista de los medios de comunicación. En 1938, Orson Welles, como parte de su estrategia para promocionar su obra teatral “La guerra de los mundos”, desató un ataque de pánico colectivo en Estados Unidos al anunciar: “Señoras y señores, tengo que hacer un grave anuncio. El extraño objeto que cayó esta tarde temprano en Grovers Milis, Nueva Jersey, no era un meteorito. Por increíble que parezca, el objeto contiene seres extraños que, según se cree, constituyen la vanguardia de un ejército proveniente del planeta Marte. Ahora sabemos que, desde comienzos del siglo XX, nuestro planeta está siendo observado muy de cerca por inteligencias más desarrolladas que la humana”<sup>11</sup>.

<sup>8</sup> Biddle, D., Carrera, M., Herrán, A., Ayestarán, A., Ramírez, M., Rodríguez, B., Hoyuela, F., Fernández, O., Higuera, A. y Vázquez, J. (2008). “Estudio de fases tempranas del Trastorno de Angustia” en *Norte de salud mental*, núm. 30, pp. 32-38.

<sup>9</sup> Sangrador J. L. (1982). *Interacción humana y conducta social* (Aula abierta Salvat), Salvat Editores, España.

<sup>10</sup> Munné F. (1982). *Psicología Social*. Editorial Biblioteca Básica de Psicología, Barcelona.

<sup>11</sup> Grandes errores de la humanidad (2009) en red: <<http://www.portalplanetasedna.com.ar/errores8.htm>>.

## Emoción vs. Cognición

En la complejidad de emociones intervienen, como lo señala Manuel de Vega<sup>12</sup>, estructuras (órganos, neuronas, amígdala, por ejemplo), procesos (intercambios físicos y químicos que no se ven) y productos (la conducta en sí). Demos un vistazo rápido a este mundo complejo.

En comparación con la cognición, la emoción constituye un sistema biológicamente más antiguo, de acción rápida y adaptativa, un sistema destinado a mejorar la supervivencia. Una de las funciones más importantes de la emoción es la de conectar nuestra naturaleza biológica con el mundo en el que está inmersa. Las emociones responden rápidamente ante aquellas cosas que tienen que ver realmente con la supervivencia. Las emociones regulan nuestra atención, controlan el entorno, buscan los acontecimientos que son relevantes para la adaptación y alertan a nuestra conciencia cuando éstos se producen. De este modo el miedo nos advierte el peligro; el asco nos aleja de lo putrefacto; y la compasión nos capacita para responder al dolor del otro. Las diferentes emociones nos alertan ante cosas distintas y sirven de modo distinto para diferentes funciones. Algunos sentimientos como el enfado y el miedo nos advierten del peligro, mientras que otros, como la tristeza y la culpa nos avisan de la enfermedad interna; por su parte, los sentimientos positivos de alegría realzan la vida y promueven la persecución de la felicidad. Existe evidencia considerable acerca de que la emoción sirve a funciones biológicamente adaptativas desde la edad muy temprana<sup>13</sup>.

De esta manera, las emociones organizan nuestros pensamientos para la acción, constituyen las estructuras que guían nuestras vidas y las relaciones sociales con los demás.

La emoción está íntimamente relacionada con el significado, de hecho, no se produce ningún cambio emocional sin que se produzca un cambio cognitivo. En nuestro modelo de funcionamiento, la unidad psicológica básica o mecanismo generador de la experiencia emo-

<sup>12</sup> De Vega, Manuel (1992) *Introducción a la Psicología cognitiva*, Alianza Editorial, México.

<sup>13</sup> Frijda H. (1986). *The emotions*, Cambridge, Cambridge University Press. Izard E. (1990) “Personality, emotions expressions, and rapport”, *Psychological Inquiry*, 1 (4), 315-317. Thompson R.A. (1988) “Emotion and self-regulation” en R.A. Thompson (comp.) *Nebraska Symposium on Motivation: vol. 36. Socioemotional development: Current theory and research in motivation*, Lincoln, University of Nebraska Press.

cional y del significado es lo que llamamos “esquema emocional”. Un esquema emocional abarca un conjunto de principios de organización, que se construyen a partir del repertorio de respuestas innatas del individuo, así como de su experiencia pasada, los cuales interactúan con la situación del momento, dando lugar a la experiencia presente<sup>14</sup>.

## Definiendo el miedo, pánico y miedo colectivo

El miedo o temor es una emoción caracterizada por un intenso sentimiento habitualmente desagradable, provocado por la percepción de un peligro, real o supuesto, presente o futuro. Es una emoción primaria que se deriva de la aversión natural al riesgo o la amenaza, y se manifiesta tanto en los animales como en el ser humano<sup>15</sup>.

Pánico (del latín “panicus” miedo excesivo sin aparente causa justificada), en el *Diccionario de la Real Academia Española* es el miedo extremado o del terror producido por la amenaza de un peligro inminente, y que con frecuencia es colectivo y contagioso<sup>16</sup>. El pánico es una reacción colectiva muy temida, a pesar de no ser la más frecuente que se puede definir como el miedo colectivo intenso, sentido por todos los individuos de una población y que se traduce en las reacciones primitivas de “fuga loca”, de fuga sin objetivo, desordenada, de violencia o de suicidio colectivo<sup>17</sup>.

Un miedo colectivo es miedo compartido por una parte importante de un grupo o de una sociedad<sup>18</sup>.

Para fines pedagógicos se puede observar que el miedo, el pánico y el miedo colectivo son variaciones de temor, en diferentes niveles de análisis (individual, grupal, intergrupal o colectivo), y es una emoción intensa compartida por un grupo o sociedad ante la percepción de un estímulo amenazante, cuyas fuentes pueden ser: psicosociales, políticas, económicas, culturales, espirituales, del cuidado de la salud, de manipulación de los medios de comunicación o más.

<sup>14</sup> Greenberg y Paivio, *op. cit.*

<sup>15</sup> Miedo (2009) en red: <<http://es.wikipedia.org/wiki/Miedo>>.

<sup>16</sup> Pánico (2009) en red: <[http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=cultura](http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=cultura)>.

<sup>17</sup> Crocq, L., Doutheau, C. y Sailhan M. (1987). “Les réactions émotionnelles dans les catastrophes” en *Encyclopédie Médico Chirurgicale-Psychiatrie*, 371 13 D, 2-8.

<sup>18</sup> Miedo Colectivo (2009) en red: <[http://wikipedia.orange.es/wiki/Miedo\\_colectivo](http://wikipedia.orange.es/wiki/Miedo_colectivo)>.

## Estímulos que provocan el pánico o miedo colectivo

Para Freud<sup>19</sup>, el pánico se produce cuando una tal multitud comienza a disgregarse y se caracteriza por el hecho de que las órdenes de los jefes dejan de ser obedecidas, no cuidándose ya cada individuo sino de sí mismo, sin atender para nada a los demás. Rotos así los lazos recíprocos, surge un miedo inmenso e insensato. El miedo del individuo puede ser provocado por la magnitud del peligro o por la ruptura de lazos afectivos (localizaciones de la libido). Del mismo modo, se produce el pánico por la intensificación del peligro que a todos amenaza o por la ruptura de los lazos afectivos que garantizaban la cohesión de la masa, y en este último caso, la angustia colectiva presenta múltiples analogías con la angustia neurótica. Como se puede observar, para el padre del psicoanálisis, las emociones se asocian con pulsiones instintivas que se encuentran en la personalidad y el inconsciente.

Ovejero<sup>20</sup>, señala que ante situaciones de riesgo, tensión o cambio, debidas tanto a factores ambientales como a factores sociales se desencadenan una serie de conductas y emociones colectivas.

El sentir intensamente miedo es una reacción frecuente en situaciones de catástrofe o de amenaza, pero no es una condición suficiente para que aparezcan conductas de pánico. Incluso las investigaciones sobre sujetos entrenados para la guerra (aviadores e infantería norteamericana, voluntarios del ejército republicano español, etc.) confirman que la mayoría aplastante de los soldados sienten miedo en el combate<sup>21</sup>.

En una época caracterizada por una constante turbulencia y un creciente sentimiento de inseguridad, Jean Pierre Dupuy, en su trabajo “El pánico” se pregunta: ¿Por qué las crisis que desgarran o los miedos que habitan en ella no degeneran en desórdenes generalizados o en desbandadas desenfrenadas? Sostiene que toda sociedad posee un lazo invisible que la mantiene funcionando, como un inconsciente colectivo que se impone a los hombres. Siguiendo las enseñanzas de la mitología griega, cuando el lazo social

<sup>19</sup> Freud S. (2001). *Psicología de las masas y análisis del yo*. Editorial Amorrortu, Buenos Aires.

<sup>20</sup> Ovejero, A. (1977) *El individuo en la masa: psicología del comportamiento colectivo*. Universidad de Oviedo, Ediciones Novel.

<sup>21</sup> Delumeau, J. (1993). *La peur en Occident*. Paris: Fayard.

deja un vacío y surge el desmoronamiento repentino del orden social, aparece el pánico<sup>22</sup>.

Pese a sentir y compartir un miedo intenso, muchas veces las personas llevan a cabo acciones heroicas y coordinadas (hecho mostrado no sólo entre víctimas de guerra, sino también entre personal de ocupaciones peligrosas como bomberos). Más aún, las investigaciones llevadas a cabo sobre personas aterrorizadas por desastres sugieren que el pánico es de corta duración, y que aún las personas que sienten miedo intenso y están más alteradas, pueden ser rápidamente inducidas a seguir las reglas de las autoridades y los líderes locales<sup>23</sup>.

Nuestro país en la actualidad vive un estímulo amenazante para sus habitantes, el cual se sintetiza en las condiciones de violencia, inseguridad y crisis política y económica, las cuales han generado un miedo colectivo. Por ejemplo, en el Distrito Federal, las personas han sido víctimas directas o presenciales de delitos, y ya es raro encontrar a una persona que no haya sido asaltada o haya presenciado algún evento similar en donde la persona efectivamente pudo haber sentido que su vida corrió peligro. De acuerdo a las cifras oficiales proporcionadas por la Procuraduría de Justicia del Distrito Federal,<sup>24</sup> en sus agencias del Ministerio Público en el 2008, se recibieron 149,117 denuncias por delitos graves como: homicidio, lesiones, violación, robo (transeúntes, casa habitación, negocios, bancos, transporte público), robo de vehículos, secuestro, fraude y otros. Y las cifras, lejos de bajar, se mantienen. Ello produce en los habitantes grandes dosis de estrés, inseguridad y emociones extremas de ansiedad y miedo extremo, sobre todo para quienes han sido víctimas de alguno de esos delitos.

Durante la alerta sanitaria del 23 abril al 6 de mayo, la epidemia de influenza humana (H1N1) afectó la salud emocional de los capitalinos. Las compras de pánico, la negación de los hechos, críticas mordaces y desobediencia a las recomendaciones que hicieron las secretarías de Salud federal y capitalina, fueron sólo una forma de manifestar el temor de la gente ante la posibilidad de enfermar, e incluso de morir<sup>25</sup>. Joanna Bourke, autora de *Fear: a Cultural History* (El miedo: una historia cultural) revela que el miedo, como

un sentimiento colectivo e individual, varía con las épocas y los contextos históricos.

## Reflexión final

La vida cotidiana nos lleva a estar alertas todo el tiempo. Vivir en una ciudad nos hace activar mecanismos tan viejos como las emociones, las cuales nos sirven entre otras cosas para comunicarnos, adaptarnos a diversas situaciones, comunicar nuestros estados de ánimo profundos e interactuar en la sociedad.

Aunque en la actualidad se tiene una idea más integral de cuerpo y mente como un todo, esto no siempre fue así. El hombre ha pasado por diversos paradigmas: Darwin (1809-1882) lo consideraba un ser biológico, para Descartes (1596-1650) el ser humano era racional, para Sigmund Freud (1856-1939) el ser humano era un ser psicológico, mientras que para Comte (1789-1857) el ser humano era un ser social. De esta manera, hoy día en esta integración mente y cuerpo del hombre se le considera como un ser biopsicosocial.

Si un acontecimiento de la vida cotidiana no puede resolverse se guarda en la mente y en el cuerpo en lo más profundo de nuestro ser. De esta manera el miedo puede ser analizado desde diferentes enfoques:

**Biológico:** como un esquema adaptativo, y constituye un mecanismo de supervivencia y de defensa, surgido para permitir al individuo responder ante situaciones adversas con rapidez y eficacia.

**Neurológico:** En donde se analizan las estructuras procesos y productos del cuerpo humano y particularmente del cerebro.

**Psicológico:** Como un estado afectivo, emocional, necesario para la adaptación del organismo al medio, y cuando no tiene salida esta emoción se convierte en una alteración psicológica o en un estado somatomorfo.

**Social y cultural:** Con un enfoque sociológico, antropológico, económico, político o espiritual, se puede aprender a temer objetos o contextos o situaciones.

Los miedos también se puede aprender a no temerlos independientemente del enfoque en donde se analicen. Las emociones están directamente relacionadas con los significados, y de hecho no se produce ningún cambio emocional sin que se produzca un cambio cognitivo. Los psicólogos seguimos esforzándonos por tener un panorama más completo del miedo colectivo, y una de las mejores formas de atenuarlo es contar con información científica que nos ayude a enfrentarlo.

<sup>22</sup> Korstanje, M.E.: "Pánico y mercado: contribuciones y limitaciones de Jean-Marie Dupuy al estudio del terror financiero" en *Contribuciones a la Economía*, julio 2009 en red: <<http://www.eumed.net/ce/2009a/>>.

<sup>23</sup> Turner, R. H. y Killian, L. M. (1972). *Collective Behavior*. New Jersey: Prentice Hall.

<sup>24</sup> Procuraduría del Distrito Federal (2008). *Denuncias Anuales. Agencias del Ministerio Público*, México D.F.

<sup>25</sup> Influenza el miedo colectivo (2009) en red: <[http://www.eluniversal.com.mx/ciudad/vi\\_95973.html](http://www.eluniversal.com.mx/ciudad/vi_95973.html)>.