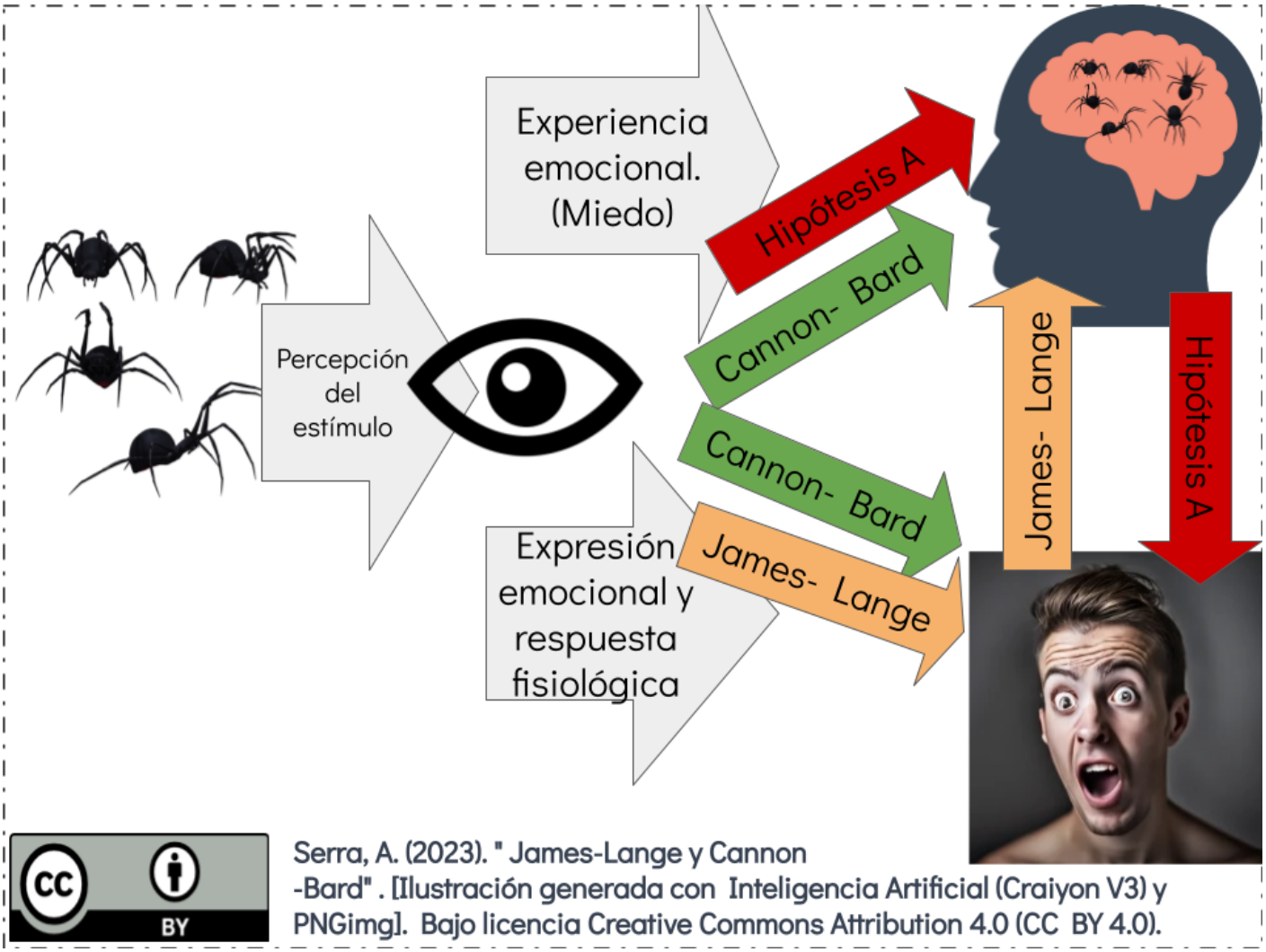
4. 2. Teorías de James-Lange y Cannon-Bard

Las teorías de James-Lange y Cannon-Bard son dos enfoques clásicos en el campo de la psicología que intentan explicar la relación entre las emociones y las respuestas fisiológicas. Para comprender mejor estas teorías, es importante ubicarlas en su contexto histórico y orden cronológico.

La teoría de James-Lange, desarrollada por William James y Carl Lange a mediados del siglo XIX, propone que las emociones son el resultado de la interpretación de las respuestas fisiológicas del cuerpo. Según esta teoría, cuando nos encontramos con un estímulo emocionalmente relevante, el cuerpo experimenta una serie de cambios fisiológicos, como aceleración del ritmo cardíaco, aumento de la respiración o tensión muscular. Estos cambios fisiológicos son interpretados por el cerebro como emociones específicas. En otras palabras, la teoría de James-Lange argumenta que nuestras emociones son el resultado de la percepción y la interpretación de nuestras propias respuestas corporales.

La teoría de Cannon-Bard, propuesta por Walter Cannon y Philip Bard en la década de 1920, sostiene que las respuestas fisiológicas y las emociones ocurren simultáneamente y de manera independiente. Según esta teoría, cuando una persona se encuentra con un estímulo emocionalmente relevante, se produce una respuesta fisiológica automática en el cuerpo, como el aumento del ritmo cardíaco, la sudoración o la dilatación de las pupilas. Al mismo tiempo, se experimenta la emoción asociada a ese estímulo. En otras palabras, la teoría de Cannon-Bard argumenta que la respuesta fisiológica y la emoción se originan de manera paralela en el cerebro, pero no están causadas una por la otra.

Copyright 2026



A estas teorías se le puede añadir una hipótesis que sugiere que la experiencia emocional precede a la respuesta fisiológica. Según esta hipótesis, primero se experimenta la emoción en respuesta a un estímulo emocionalmente relevante, y luego se generan las respuestas fisiológicas como resultado de esa experiencia emocional.

Estas tres perspectivas pueden influir significativamente en nuestra comprensión de las emociones. Cada una de ellas ofrece una visión diferente de cómo se relacionan las emociones y las respuestas fisiológicas. La investigación en este campo continúa explorando las complejidades de esta interacción. La realidad podría ser representada por una combinación de ellas. Muchos son los debates y discusiones en la comunidad científica. Te invitamos a compartir tu opinión al respecto en los foros de este curso y/o tus RRSS.

Revision #5
Created 2023-09-14 12:28:21 CEST by Alvaro Serra
Updated 2023-10-08 21:08:01 CEST by Alvaro Serra