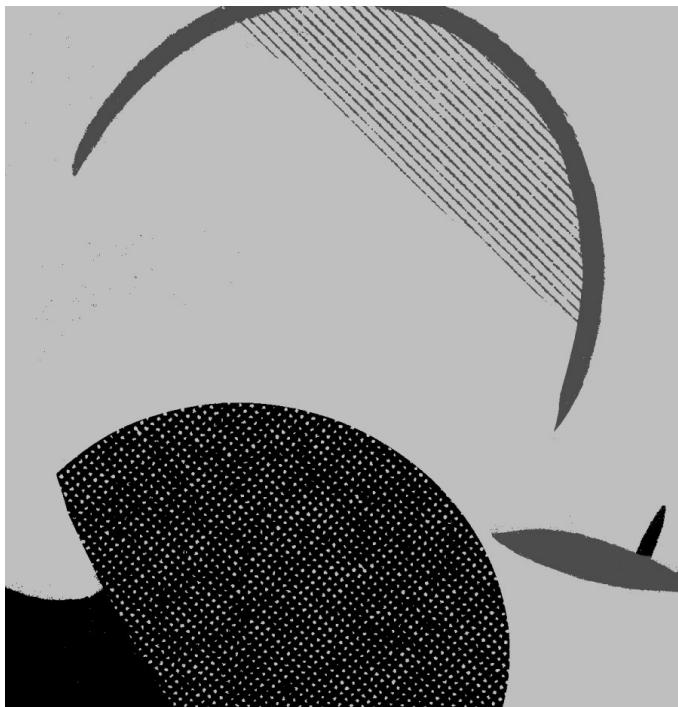


# Capítulo 1

## Una introducción sobre el humor

*El humor es la forma de comunicar información a través del afecto.*

Leo Rosten, escritor estadounidense



**Resumen.** La risa y su primo hermano, el humor, son unas importantes respuestas, exclusivas de los mamíferos, que podrían haber evolucionado para reforzar los lazos sociales y, en consecuencia, para aumentar las posibilidades de supervivencia. En los bebés humanos, la risa y el humor aparecen en los seis primeros meses de vida y revelan que los bebés tienen sensibilidad ante las señales sociales y emocionales, así como un radar cognitivo para lo incongruente. Comprender por qué los niños mantienen interacciones humorísticas no solo nos enseña algo sobre ellos, sino también sobre la experiencia humana en general.

La risa y el humor son experiencias humanas universales y, sin embargo, han recibido poca atención por parte de las ciencias sociales. En concreto, la psicología —tal vez, comprensiblemente— se ha interesado más bien por las emociones negativas que pueden interferir con el desempeño general, como la ansiedad, la depresión, la ira, etc. Hace relativamente poco que las emociones positivas empezaron a suscitar interés y atención como ventajas potenciales que pueden, por ejemplo, servir para amortiguar el estrés o para optimizar el desarrollo humano (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Shatté *et al.*, 2000). Además, como la psicología y otras ciencias sociales han tenido que luchar duramente para que se reconozca su validez científica, siempre han sido reacias a estudiar el humor, un campo que suele llevar connotaciones de frivolidad implícitas. Por eso, el humor y su prima hermana, la risa, han recibido poca atención empírica. Concretamente, los estudios sobre el humor en los niños pequeños son casi inexistentes. No obstante, la infancia es precisamente el período en el que la risa y el humor son de vital interés, porque es cuando aparecen por primera vez. De hecho, aparecen mucho antes de que se produzcan otros hitos importantes del desarrollo. Entender por qué los bebés se ríen y participan en interacciones humorísticas no solo nos habla de los niños, sino de la experiencia humana en general. Este texto se centrará en lo que la ciencia actual dice en cuanto al desarrollo del humor en los bebés, para que los científicos puedan ampliar sus conocimientos sobre los bebés, así como lo que se conoce sobre el humor, esa experiencia tan compleja que nos une.

## El humor: hablemos muy en serio

En general, los científicos definen el humor como la capacidad de percibir, expresar y crear algo divertido (Davies, 1998; Ruch y Ekman, 2001). El humor pone en marcha un sistema psicológicamente complejo que incluye elementos cognitivos, emocionales, sociales y conductuales (Loizou, 2005). A pesar de ello, los bebés perciben y expresan el humor con tan solo tres meses y medio de vida (Mireault *et al.*, 2012a) y hacia los ocho meses ya crean humor intencionadamente (Reddy, 1991). De hecho, la sensibilidad de los niños ante el humor aparece mucho antes que otros logros fundamentales físicos o lingüísticos, como andar o hablar. ¿Por qué? En comparación con esas últimas habilidades, no parece muy probable que el humor sea necesario para la supervivencia del bebé. Y, sin embargo, la naturaleza ha dado prioridad a esa respuesta en un momento crucial del desarrollo, cuando el cerebro y el cuerpo están pasando por cambios rápidos y profundos y mientras se están desarrollando las relaciones sociales cruciales para el niño. Eso parece indicar que deberíamos tomarnos el humor muy en serio.

## La naturaleza de la risa

El humor no es lo mismo que la risa, pero los dos son primos hermanos. La risa se detecta y define más fácilmente que el humor y permite a los científicos estar más seguros de la presencia de este. Sirve, por tanto, como punto de partida razonable para tratar el tema del humor.

Provine (2004, p. 215) describe el humor como «una vocalización del juego social que es instintiva, contagiosa, estereotipada y que no se controla conscientemente» y que, al igual que el llanto, cuesta producir a voluntad. Como la risa es un hecho inconsciente e involuntario, normalmente no somos conscientes del motivo y no podemos evitarla, por lo que cuesta reprimirla o fingirla. En otras palabras; la risa es una respuesta emocional auténtica y con una base biológica, y la naturaleza ha hecho que se pueda acceder a ella en los primeros tres o cuatro meses de vida.

La risa humana ha captado la atención de al menos dos estudiosos notables: Aristóteles y Charles Darwin. Aristóteles creía que la risa era una característica exclusivamente humana, porque la primera risa marcaba el momento en que el bebé adquiría un alma humana (Sanders, 1996). Darwin, por su parte, al observar a su hijo cuando era bebé, escribió: «A los 113 días de edad, estos ruiditos, que siempre se hacían al exhalar aire, empezaron a tener un carácter ligeramente distinto y se volvieron más entrecortados, como cuando se solloza; no cabe duda de que se trataba de una risa incipiente» (1872/2010 p. 209 de la versión inglesa). Para Darwin, la risa formaba parte de la comunicación, un indicativo social fomentado y preservado por la biología. Para él, la risa era un activo para la supervivencia.

Parece que Darwin tenía razón. No somos la única especie que se ríe, juega o aprecia un buen chiste. Todos los mamíferos poseen el circuito neuronal necesario para la risa, que se alberga en el cerebro «primitivo» (Panksepp, 2005). El hecho de que esta característica sea común a todos los mamíferos parece reforzar enormemente el argumento evolutivo (De Waal, 2002). De hecho, se cree que el característico «ja ja» de la risa humana podría tener su origen en la respiración jadeante de los chimpancés y otros primates juveniles durante el juego, así como en las vocalizaciones similares a la risa que emiten los bonobos y otros simios cuando juegan (Dezecache y Dunbar, 2012). Caminar erguidos alivió a los humanos de tener que acompañar la respiración y el movimiento, lo que nos permitió hablar, además de reír a carcajadas (Gamble, 2001; Panksepp, 2005; Provine, 2004). Ahora sabemos que todos los demás monos también emiten esos sonidos de *ja ja* cuando se les hace cosquillas, aunque mucho menos que los bebés humanos, y lo hacen muchas más veces en forma de respiración que como vocalizaciones (Davila-Ross *et al.*, 2001).

No obstante, la risa es mucho más que un sonido característico. Se corresponde con cambios fisiológicos importantes que revelan cuál es su función en los mamíferos sociales. Concretamente, durante la risa se liberan endorfinas que fomentan los lazos de unión. La risa, por tanto, fomenta las oportunidades para relacionarse, y lo hace de dos formas exclusivas. En primer lugar, dado que los adultos no suelen jugar tanto

como los jóvenes, la risa aumenta las oportunidades de que los adultos creen lazos sociales. De hecho, los biólogos evolutivos creen que la risa se «cogió prestada» del juego para que fuera por sí misma una estrategia de unión (Dezecache y Dunbar, 2012). En segundo lugar, la risa facilita que los lazos sociales se desarrollen en grupos mayores que los que se forman con las actividades de acicalamiento o apareamiento, que también fomentan la creación de lazos (Dezecache y Dunbar, 2012). La observación de que la risa es contagiosa y puede sincronizarse entre tres o cuatro compañeros sociales es coherente con el anterior argumento (Dezecache y Dunbar, 2012; Provine, 1992). Por consiguiente, la risa está inscrita en el circuito impreso del cerebro mamífero, lo que hace que sea notable, filogenética y ontogénicamente.

La teoría de Darwin se ve respaldada gracias a nuestros parientes no humanos que comparten otras características de la risa humana. Por ejemplo, los macacos muestran dos expresiones faciales que son precursoras de la sonrisa humana (Preuschoft, 1992), y los monos van más allá de la risa y muestran algunos de los elementos cognitivos del humor, como reírse de las desgracias ajenas (Dezecache y Dunbar, 2012; Gamble, 2001).

Por último, la risa está entre las muchas características universales del desarrollo humano. Independientemente del idioma y la cultura (salvo cuando existen dificultades en el desarrollo), la sonrisa y la risa surgen aproximadamente al mismo tiempo en todos los bebés del mundo, empezando por la sonrisa endógena o reflexiva del nacimiento o anterior a este y siguiendo por la sonrisa social, que aparece hacia la sexta semana y se convierte en sonoras carcajadas hacia los tres o cuatro meses (Mireault *et al.*, 2012a; Sroufe y Wunsch, 1972). No obstante, la risa de un bebé solo es una parte del sentido del humor de los niños. Pocos meses después de que aparezca la risa, los niños pueden iniciar, crear y mantener interacciones humorísticas, contar «chistes» no verbales, y hasta gastar bromas y hacer *payasadas*, todo eso antes de cumplir un año (Reddy, 2008).

## La teoría del sentido del humor

Entonces, si el humor no es lo mismo que la risa, ¿qué es, exactamente? El sentido del humor a menudo se manifiesta en forma de risa o de sonrisa, aunque no necesariamente. Es cierto que los niños más mayores y los adultos comprenden las normas de expresividad emocional (Saarni, 1979) y pueden esconder que algo les hace gracia, porque saben reprimir la sonrisa o la risa que los delata, especialmente en situaciones en las que el humor no se considera adecuado, como en el ambiente serio de un funeral. De igual forma, la sonrisa y la risa pueden no indicar diversión, sino reflejar ansiedad, vergüenza, amargura o simplemente la intención de ser corteses. De hecho, entre las muchas funciones para las que sirve la risa, la de expresar diversión no es la más común. La risa también sucede en el habla de forma sistemática, al marcar el final de expresiones y frases de formas que normalmente no notamos (Provine, 2001). Por tanto, el sentido del humor y la risa están relacionados, pero no son intercambiables. La risa es la respuesta física a la percepción del humor, que se relaciona más ampliamente con la diversión. El humor es más complejo que la risa, aunque tampoco requiere unas capacidades cognitivas excesivamente avanzadas (Pien y Rothbart, 1980; Reddy y Mireault, 2015). Para el humor, en cambio, sí es necesario saber observar el mundo, recordar lo observado, tener unas expectativas basadas en esos recuerdos y, lo más importante, que la risa que procede del humor involucre a otras personas (Pien y Rothbart, 1980). Como dijo Henri Bergson, ese tipo de risa implica complicidad, ya sea real o imaginaria, y parece necesitar un eco (Bergson, 1928/1983).

La mayoría de los teóricos están de acuerdo en que el sentido del humor implica detectar o crear el absurdo, una condición que se da cuando se incumplen las expectativas (Loizou, 2005). Por definición, los acontecimientos absurdos son tremendamente ridículos o irracionales y nunca se ajustan a lo que esperamos. También podemos describirlos como incongruentes (Rothbart, 1973), ya que implican un desajuste, por ejemplo, entre la función de un objeto y cómo se usa, o entre el tamaño de una persona y su voz. Para Pien y Rothbart (1980), los acontecimientos incongruentes son *mis-expected* (p. 3, en inglés), es decir,

que se espera de ellos que no cumplan las expectativas. Eso significa que una persona tiene unas expectativas concretas sobre los estímulos y que, a continuación, esas expectativas no se cumplen. En cambio, ese no es el caso de los eventos novedosos, que simplemente son inesperados, lo que significa que no había anteriormente expectativas sobre esos estímulos.

La detección inicial del absurdo da como resultado un estado de sorpresa e interés, dos condiciones para el humor (Pien y Rothbart, 1980). No obstante, no todo lo sorprendente es necesariamente gracioso o divertido. Por ejemplo, que a uno le tiren encima un cubo de agua es, sin duda, sorprendente, pero no necesariamente gracioso. Así pues, ¿qué diferencia una incongruencia meramente sorpresiva de otra que resulta graciosa? Parece que hay dos características importantes.

En primer lugar, el hecho de si se puede llegar a descifrar en qué consiste la incongruencia influye en si esta se percibirá o no como humorística (McGhee y Chapman, 1980). Cuando alguien cambia el sentido de una conversación al utilizar un significado diferente de una palabra, nuestra primera reacción puede ser de sorpresa o incluso de perplejidad. En cambio, cuando nos damos cuenta del sentido de ese otro significado, comprendemos el sentido de lo inesperado y nos reímos, porque es ingenioso. Por ejemplo, en el discurso que pronunció en marzo del 2019 con motivo del Congreso de la Lengua celebrado en Córdoba (Argentina), el humorista Marcos Mundstock (Les Luthiers) dijo: «Buenos días, estimado público, y me permito decir *estimado público*, porque los organizadores estiman que hay en el recinto unas ochocientas personas. Y ese es el famoso “estimado público” o “público estimado”». Cuando nos damos cuenta de que *estimado* se utiliza ahí en un sentido diferente, encontramos sentido a nuestra sorpresa inicial.

En segundo lugar, para diferenciar lo sorprendente de lo divertido, recurrimos al contexto social general en el que están inmersas las incongruencias. En el circo, si se tira un cubo de agua al público, puede parecer divertido (al menos, para el resto de los espectadores), mientras que, en una reunión social, esa misma acción probablemente no parecería tan divertida. El propio contexto social influye en las expectativas que pueden infringirse, pero también define si esas infracciones se consideran



seguras o amenazantes, *juguetonas* o dañinas, aceptables o inaceptables. Si el contexto sugiere que la incongruencia es segura, en clave de juego o aceptable, es más probable que nos riamos después de recibir la sorpresa (Pien y Rothbart, 1980). En el ambiente carnalesco de un circo, en el que en realidad vamos a buscar lo absurdo por su valor como entretenimiento, la conducta alocada de los payasos —incluso cuando tiran cubos de agua a los espectadores— es sorprendente, pero adecuada para el contexto. Podemos asegurar sin miedo a equivocarnos que somos los objetivos de un juego y no de una agresión, por lo que es más probable que percibamos el humor. Sin embargo, si esa misma acción sucede durante un cóctel, estaría justificado que le diéramos una interpretación distinta. En ese ambiente, esperamos una conducta tranquila y educada y puede que hagamos un gran esfuerzo para comportarnos con la cortesía debida y para evitar gestos, comportamientos y temas de conversación ofensivos. En un cóctel, el cubo de agua está fuera de lugar (a no ser que sirva de cubitera para el champán). El contexto social puede también ayudarnos a comprender la incongruencia. Por ejemplo, la presencia de una persona que hace magia nos ayuda a distinguir que un acontecimiento es un «truco» incluso antes de que lo observemos. De igual forma, el contexto del circo nos ayuda a saber que el cubo de agua es una broma que gastan los payasos. Por tanto, el contexto facilita el humor, e incluso puede llevarnos a esperar que suceda.

Tal vez no sea sorprendente que, cuando se pide a padres y madres que hagan reír a sus bebés, se comporten de forma totalmente absurda (Mireault *et al.*, 2012a). Hacen ruidos extraños y muecas, soplan en el pelo o la cara del bebé o fingen que le están comiendo los deditos de los pies, por ejemplo. Esas acciones extravagantes y novedosas cautivan la atención de los bebés, pero no necesariamente las perciben como humorísticas. Por eso, los padres hacen algo que es igual de importante: en medio de todo ese despliegue, sonríen y se ríen y, de esa forma, envuelven su conducta incongruente en un contexto social seguro y lúdico que permite que sus acciones absurdas se experimenten como graciosas (Mireault *et al.*, 2012a). Para cuando los bebés tienen seis meses, casi *necesitan* que esas acciones absurdas sean entretenidas, lo que significa que es más probable que se vean arrastrados a la risa o la

sonrisa cuando se infringen claramente las normas de conducta social. Sin embargo, solo tres meses antes, les bastaba con sonreír cuando se les sonreía (Mireault *et al.*, 2012a). En ese breve período de tiempo, los bebés han observado cuál es la conducta típica de los demás y, basándose en esas observaciones, han desarrollado sus expectativas acerca de la conducta social. Cuando esas expectativas se infringen en un contexto de juego creado por las personas que los cuidan, eso les hace reír (Pien y Rothbart, 1980; Sroufe *et al.*, 1974; Sroufe y Wunsch, 1972).

### **¿Por qué estudiar el sentido del humor en los bebés?**

Evidentemente, el humor es de todo menos frívolo. Es un complejo proceso psicológico que proporciona información sobre el desarrollo cognitivo, social y emocional en las distintas especies y a lo largo de la vida, desde la primera infancia. Cognitivamente, para el humor es necesario observar, conocer y recordar la norma, lo que nos permite detectar lo incongruente y diferenciar lo absurdo de lo ordinario (Pien y Rothbart, 1980). La percepción del humor en los niños comienza alrededor de los cuatro meses, con la aparición de la risa, lo que revela que dentro de la primera mitad del primer año, los niños ya son unos agudos observadores del entorno y llegan a desarrollar expectativas acerca de él (Pien y Rothbart, 1980). Es bien sabido que fue Piaget (1961) quien propuso la idea de que los bebés procesan activamente su experiencia para comprenderla, aprenderla y recordarla. Esa idea es coherente con mucha de la literatura sobre la percepción y la cognición de los bebés (Baillargeon, 1991, 2004; Spelke y Van de Walle, 1993). Dichas investigaciones han demostrado que incluso los bebés muy jóvenes desarrollan expectativas tempranas sobre todo tipo de fenómenos naturales, desde los principios físicos más sencillos (Baillargeon *et al.*, 2012; Dan *et al.*, 2001; Spelke y Van de Walle, 1993), hasta la permanencia de los objetos (Baillargeon y DeVos, 1998), pasando por la aritmética (Dillon *et al.*, 2013; McCrink y Wynn, 2007;

Wynn, 1998) y la lingüística (Kulh *et al.*, 2006). No debería sorprendernos que esas capacidades de observación de los bebés se extiendan también a las normas sociales y de conducta.

Para percibir el humor también es necesario tener una sensibilidad hacia los indicios sociales que ayudan a las personas, incluidos los bebés, a interpretar que lo absurdo es divertido, en vez de aterrador o poco interesante, por ejemplo. No es sorprendente que los niños con trastornos del espectro del autismo que tienen dificultades para la percepción social den muestras de un desarrollo atípico del humor (Reddy *et al.*, 2002). La habilidad para percibir los indicios sociales está directamente relacionada con el desarrollo de la capacidad de mentalización o «teoría de la mente» (Dunn, 1991), y eso mismo sucede con la habilidad para divertir a los demás. Saber cómo hacer reír a los demás implica saber cómo piensan, qué expectativas tienen y cómo jugar con eso (Reddy, 2008). Fraley y Aron (2004) plantean la teoría de que el humor proporciona la oportunidad de captar la perspectiva del compañero con el que se comparte el encuentro. En los bebés, esa autoexpansión puede ayudar a que la capacidad para el humor no solo revele, sino que además facilite la comprensión de las mentes de los demás (Reddy, 2008). Por tanto, tal vez la investigación sobre el humor muestre que los bebés maduran y obtienen ciertos hitos del desarrollo, como la comprensión de la mente, a una edad mucho más temprana de lo que se creía.

Por último, las investigaciones sobre el humor pueden arrojar luz sobre hitos del desarrollo emocional, como el apego (Mireault *et al.*, 2012b). Para fomentar un apego seguro, se aconseja a los cuidadores que interactúen con los bebés de forma positiva, sincronizada y con entusiasmo. Las interacciones divertidas entran dentro de esos criterios, son algunas de las más satisfactorias para ambos e incluso se pueden considerar pequeños momentos de interacciones seguras.

En resumen, el humor tiene mucho que contarnos sobre multitud de ámbitos del desarrollo de los bebés, y los psicólogos por fin han empezado a prestarle atención.

## La risa en el laboratorio

Ser conscientes de la importancia de estudiar el humor en los bebés puede resultar más fácil que estudiar realmente el humor en los bebés. Como a esas edades no tienen desarrollado el habla, los bebés no pueden informar de sus propias experiencias. No pueden contarnos qué les parece gracioso ni, lo que es más crucial, por qué. Además, los bebés son capaces de prestar atención solo durante breves períodos y necesitan procedimientos experimentales breves, lo que da como resultado que se reduce la probabilidad de observar la risa, especialmente cuando eso se combina con la distracción que supone un entorno novedoso, como un laboratorio de investigación. Debido a esto, algunos científicos realizan estos estudios en las casas de los bebés o hacen que sean los cuidadores habituales, como los padres y madres, quienes presenten el estímulo o acontecimiento divertido. Por ese motivo, se ven obligados a buscar un equilibrio entre los potenciales problemas relativos a la estandarización del protocolo de la investigación y la sensibilidad con que debe realizarse la medición de la risa.

Aparte de las distracciones que puede haber en un entorno poco familiar en el que hay personas extrañas, la tendencia de los bebés hacia la diversión puede verse socavada por otras variables, como el cansancio, el hambre, una enfermedad... ¡O que es urgente cambiar el pañal! Los científicos y los padres que se prestan voluntarios a esos estudios intentan evitar esos problemas y planifican los horarios de comida y sueño de los niños. Por último, incluso en el caso de que todos esos problemas se hayan podido evitar, no existe un estímulo universal que garantice que un bebé se divierta tanto que suelte una carcajada dentro de la estrecha ventana de oportunidad que se produce al observarlo durante una investigación en curso. Los padres que quieren presumir de la contagiosa risa de su bebé conocen bien esa frustración: lo que ayer al niño le parecía tremendamente divertido, hoy casi no lo hace reaccionar. Los niños prefieren las novedades (Fisher-Thompson, 2014), y no debería sorprendernos que eso se aplique también a sus gustos en cuanto a la comedia.

A pesar de todos esos desafíos, los científicos que estudian el humor de los bebés tienen al menos una ventaja a su favor: al contrario que los

niños más mayores, los bebés son incapaces de fingir sus emociones genuinas. Por tanto, si se consigue suscitar la risa de un bebé en condiciones controladas, pueden estar seguros de que los participantes en el estudio realmente se están partiendo de risa porque algo les parece muy gracioso, y es posible determinar con mayor precisión qué variables son las responsables.

Lo que sabemos del humor de los bebés procede de estudios que han empleado diversas metodologías, desde experimentos tradicionales realizados en el laboratorio, en condiciones controladas, hasta observaciones llevadas a cabo en el entorno natural del hogar, y desde las cuidadosas mediciones de los investigadores, hasta los informes de los padres. Estudiar el humor en su forma más temprana y en los niños más pequeños significa un intento de crear esos momentos naturales de interacción social genuina e íntima que dan lugar a la risa. Un observador científico sería muy afortunado si presenciara esos momentos. La búsqueda es, a la vez, desafiante y gratificante, y tanto los bebés como los padres y los investigadores realmente se divierten en el proceso.

