

AGTU – AMERICAN GLOBAL TECH UNIVERSITY
MESTRADO EM EDUCAÇÃO COM ESPECIALIZAÇÃO EM TECNOLOGIAS NA
EDUCAÇÃO DIGITAL

VYVIANN CHRISTIANE DA SILVA

COGNIÇÃO E EMOÇÃO: REFLEXÕES A PARTIR DE STEVEN PINKER E ANTÔNIO
DAMÁSIO APLICADAS À EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL EM AMBIENTES DE
ALTA PRESSÃO

Orlando - Flórida - USA

2025

VYVIANN CHRISTIANE DA SILVA

COGNIÇÃO E EMOÇÃO: REFLEXÕES A PARTIR DE STEVEN PINKER E ANTÔNIO
DAMÁSIO APLICADAS À EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL EM AMBIENTES DE
ALTA PRESSÃO

Estudo de caso apresentado ao
Programa de Mestrado em Educação
com Especialização em Tecnologias
na Educação Digital da American
Global Tech University, como
requisito parcial para a conclusão da
disciplina Digital Competences and
Neurociences.

Orlando - Flórida - USA

2025

SUMÁRIO

SUMÁRIO	3
1 RESUMO	4
2 INTRODUÇÃO	4
3 OBJETIVOS	5
3. 1 Objetivo Geral.....	5
3. 2 Objetivos Específicos.....	5
4 JUSTIFICATIVA.....	6
5 REVISÃO DA LITERATURA.....	6
6 METODOLOGIA	10
7 EXPERIÊNCIA PRÁTICA: DECISÕES SOB PRESSÃO	10
8 CONCLUSÃO	12
10 REFERÊNCIAS	13

1 RESUMO

Este artigo propõe uma reflexão crítica e embasada sobre a relação entre cognição e emoção, a partir das concepções teóricas de Steven Pinker, em *Como a Mente Funciona*, e Antônio Damásio, em *Sentir e Saber: As Origens da Consciência*. A análise é conectada a uma experiência vivenciada em ambiente profissional de alta pressão, onde decisões precisaram ser tomadas sob forte carga emocional. Com base em um referencial teórico composto por autores clássicos e contemporâneos da neurociência cognitiva, busca-se compreender como os processos cognitivos são influenciados por emoções e como a consciência emerge dessa interação. O objetivo é refletir sobre os fundamentos da cognição humana e da consciência, com respaldo científico e metodológico.

2 INTRODUÇÃO

Durante décadas, a ciência cognitiva separou de forma rígida emoção e razão, tratando a cognição como um processo puramente lógico e consciente. No entanto, autores como Antônio Damásio e Steven Pinker desafiaram essa visão dualista, propondo modelos mais complexos e interdependentes entre os aspectos emocionais, corporais e racionais da mente.

A interdependência entre cognição e emoção tem sido cada vez mais reconhecida por neurocientistas, psicólogos e educadores. Emoções não são apenas reações afetivas, mas constituem processos que influenciam diretamente a atenção, a memória, a aprendizagem e a tomada de decisão (Damásio, 1996). Segundo Ekman (2003), emoções funcionam como sistemas de resposta rápida, guiando avaliações imediatas e preparando o organismo para ações adaptativas. Para Vygotsky (1991), as emoções estão integradas aos processos culturais e linguísticos, afetando a internalização do pensamento. Já Piaget (1959) aponta que os afetos são fundamentais para a construção do conhecimento desde os primeiros estágios do desenvolvimento. Assim, cognição e emoção são dois lados do mesmo processo adaptativo, e sua articulação é essencial para o

funcionamento pleno da mente.

Damásio, em *O Erro de Descartes* (1996), argumenta que a emoção é fundamental para a razão, e que o corpo desempenha um papel ativo na construção da mente. A noção de "marcador somático" ilustra como decisões racionais são, na realidade, sustentadas por sentimentos que traduzem experiências anteriores em sinais emocionais úteis à tomada de decisão. Pinker, por sua vez, em *Como a Mente Funciona* (1999), propõe uma abordagem evolucionista da mente, destacando que os processos cognitivos estão entrelaçados com estruturas emocionais desenvolvidas ao longo da história adaptativa da espécie humana.

Ambas as abordagens rejeitam a ideia da mente como uma tábula rasa, propondo que tanto a cognição quanto a consciência são moldadas por fatores biológicos, culturais e emocionais. Esta visão será explorada neste artigo por meio de uma análise teórica associada à experiência prática de tomada de decisão sob pressão emocional em ambiente profissional.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral

Refletir sobre a relação entre cognição e emoção, com base nas teorias de Steven Pinker e Antônio Damásio, à luz de uma experiência prática.

3.2 Objetivos Específicos

1. Compreender como a cognição é influenciada pelas emoções em contextos de pressão;
2. Analisar como a consciência emerge da interação entre corpo e mente;
3. Relacionar os conceitos teóricos com a vivência pessoal, utilizando rigor metodológico.

4 JUSTIFICATIVA

A escolha do tema se justifica pela crescente necessidade de compreender como a cognição humana é impactada pelas emoções, especialmente em contextos complexos e de alta exigência, como os que envolvem tomada de decisão sob pressão. Em ambientes acadêmicos e profissionais, muitas vezes há uma supervalorização da racionalidade em detrimento da emoção. Contudo, tanto Pinker quanto Damásio demonstram que a separação entre razão e sentimento é artificial e contraproducente para a compreensão plena da mente humana.

Além disso, refletir sobre essa conexão a partir de uma vivência prática permite consolidar a aprendizagem teórica da disciplina Digital Competences and Neurosciences, favorecendo o desenvolvimento de competências como o autoconhecimento, a autorregulação emocional e a consciência crítica sobre os próprios processos mentais. Este trabalho, portanto, contribui para aproximar a teoria da realidade vivida, aprofundando a formação acadêmica e profissional no campo das neurociências cognitivas.

5 REVISÃO DA LITERATURA

Diante dessas reflexões iniciais, torna-se necessário aprofundar o embasamento teórico que sustenta as discussões sobre cognição e consciência. A seguir, serão apresentadas as principais contribuições de autores como Steven Pinker e Antônio Damásio, bem como de pensadores complementares que oferecem diferentes perspectivas sobre o papel da emoção na formação do pensamento humano. Essa revisão visa fornecer o alicerce conceitual necessário para a análise posterior da experiência prática relatada.

5.1 A Cognição sob a Ótica Evolucionista de Steven Pinker

No capítulo “Desvairados” de Como a Mente Funciona, Steven Pinker apresenta a mente humana como um sistema com falhas, muitas

delas associadas à evolução. Apesar de sermos dotados de uma poderosa capacidade cognitiva, frequentemente tomamos decisões irracionais, motivadas por vieses, impulsos e emoções. Pinker propõe que a mente não é uma tábula rasa racional, mas uma construção moldada por pressões evolutivas que incluíram o medo, a raiva, o desejo e outras emoções.

Segundo Pinker (1999), o comportamento humano, mesmo em ambientes modernos, ainda é moldado por instintos primitivos. Essa perspectiva ajuda a explicar por que, em situações de pressão, podemos reagir de forma emocional e contraditória, mesmo conhecendo as “melhores práticas” cognitivas.

Em sua obra *Tábula Rasa* (2002), Pinker confronta a ideia de que a mente é moldada exclusivamente pela cultura, argumentando que há uma natureza humana universal, biologicamente fundamentada. Isso inclui a capacidade de sentir emoções e utilizá-las como parte do processo racional.

5.2 Antônio Damásio: O sentimento como base da consciência

Já Damásio (2022), no capítulo introdutório de *Sentir e Saber*, destaca que a consciência é inseparável do corpo. A mente, para ele, não é uma entidade abstrata que paira sobre o organismo, mas o resultado direto da interação entre estruturas neurais e os estados fisiológicos do corpo. Para Damásio, a emoção é anterior à razão, é ela quem fundamenta os processos racionais e cognitivos.

Essa visão se afasta de modelos cartesianos e propõe que a emoção é fundamental para a tomada de decisões conscientes. O sentimento é, portanto, o elo entre o estado corporal e a consciência. Damásio corrobora essa visão com estudos neurológicos em pacientes com lesões cerebrais que comprometeram sua capacidade de sentir, mas não de pensar, e ainda assim, tornaram-se incapazes de tomar decisões adequadas.

5.3 Outros Referenciais Teóricos Relevantes

Além das contribuições centrais de Steven Pinker e Antônio Damásio, outros pensadores ampliam a compreensão sobre a interdependência entre cognição, emoção, corpo e ambiente. Suas abordagens complementam as bases da neurociência cognitiva com elementos desenvolvimentais, educacionais, culturais e emocionais. Essa diversidade epistêmica permite construir uma visão mais complexa, sistêmica e situada da mente humana.

Joseph LeDoux

Em *O Cérebro Emocional* (1996), LeDoux aprofunda a compreensão dos mecanismos cerebrais responsáveis pelas emoções, especialmente o medo, revelando que há vias neurais rápidas e inconscientes que antecedem a resposta racional. Sua principal contribuição reside em demonstrar que o cérebro emocional opera de forma autônoma, ativando respostas antes mesmo que o córtex racional compreenda a situação. Essa constatação reforça a ideia de Damásio sobre a primazia biológica das emoções e desafia visões que tratam a emoção como um obstáculo à razão. LeDoux mostra que as emoções preparam o corpo para a ação adaptativa, influenciando memória, atenção e julgamento.

Lev Vygotsky

Vygotsky (1991), em *A Formação Social da Mente*, destaca que o pensamento humano se constitui na interação com o outro. Para ele, a linguagem mediatiza tanto os processos cognitivos quanto os afetivos. Vygotsky rompe com a ideia de cognição isolada ao afirmar que o desenvolvimento mental está imerso em um contexto cultural e emocional. Emoções, portanto, não são elementos periféricos, mas estão no centro do processo de significação, sendo fundamentais para a formação da consciência. Sua noção de mediação simbólica e de zona de desenvolvimento proximal contribui para entender como emoção e cognição se articulam na aprendizagem e na tomada de decisões.

Jean Piaget

Piaget, em *O Nascimento da Inteligência na Criança* (1959), entende o desenvolvimento cognitivo como um processo construtivo que se inicia a partir de interações sensorimotoras com o ambiente. Embora frequentemente associado a uma visão mais racional do desenvolvimento, Piaget reconhece a importância do afeto como energia que mobiliza a ação cognitiva. Para ele, emoção e cognição não se opõem, mas se integram desde os primeiros estágios da vida. O desequilíbrio emocional pode, inclusive, impulsionar processos de acomodação e assimilação, fundamentais para o avanço cognitivo.

Paul Ekman

Ekman (2003), em *A Linguagem das Emoções*, apresenta as emoções básicas, como raiva, medo, tristeza, alegria e surpresa, como universais, biologicamente determinadas e reconhecíveis por expressões faciais específicas. Seu trabalho empírico demonstra que as emoções influenciam diretamente processos perceptivos e decisórios, operando de forma quase automática, mas com implicações cognitivas profundas. Ekman contribui para o entendimento de que a emoção é uma linguagem do corpo que interage com a mente, funcionando como uma forma primitiva e eficaz de comunicação e regulação comportamental.

Ivan Izquierdo

Izquierdo é um dos grandes nomes da neurociência da memória. Em obras como *Memória* e *A Arte de Esquecer*, ele mostra como a retenção de experiências está profundamente vinculada ao estado emocional no momento da codificação. Memórias associadas a eventos com forte carga emocional são mais facilmente acessadas, o que evidencia o papel das emoções na seleção, registro e evocação de informações. Esse dado é relevante para a cognição, pois memória e tomada de decisão estão intimamente conectadas. A ausência ou distorção emocional pode comprometer tanto o aprendizado quanto a ação eficaz.

David Kolb

Kolb, em *Aprendizagem Experiencial* (1984), propõe que o 9

conhecimento é construído a partir da experiência, com base em um ciclo que envolve ação, reflexão, conceituação e aplicação. Embora não seja um autor da neurociência, sua teoria destaca a importância do envolvimento emocional no aprendizado significativo. Kolb sugere que os aspectos afetivos influenciam diretamente a motivação para aprender e a qualidade da aprendizagem, alinhando-se com Damásio na defesa de que razão e emoção operam conjuntamente.

Edgar Morin

Morin, com sua obra *Introdução ao Pensamento Complexo* (2005), contribui com uma visão epistemológica que se opõe à fragmentação do saber. Para ele, a mente deve ser compreendida a partir da articulação entre razão, emoção, biologia, cultura e sociedade. A complexidade da cognição humana exige integrar diferentes níveis de organização, do molecular ao social, numa visão não reducionista do pensamento. Ao abordar a consciência como um fenômeno emergente e auto-organizado, Morin dialoga com Damásio no sentido de compreender o sujeito em sua totalidade, incluindo corpo, mente, história e afeto.

6 METODOLOGIA

Este artigo adota uma abordagem qualitativa e reflexiva, baseada em uma experiência profissional real, articulada com teorias da neurociência cognitiva. A metodologia consistiu na descrição detalhada da situação, análise da resposta emocional e cognitiva envolvida e, posteriormente, sua interpretação à luz dos autores estudados.

7 EXPERIÊNCIA PRÁTICA: DECISÕES SOB PRESSÃO

Em determinado momento de sua trajetória profissional, uma colaboradora responsável pela gestão de operações digitais em uma

instituição de ensino superior vivenciou uma situação crítica que evidenciou, de forma clara, a interdependência entre cognição e emoção em ambientes de alta exigência.

Durante o horário comercial de uma sexta-feira, o servidor central da instituição sofreu uma pane repentina, retirando do ar todas as landing pages de cerca de 120 polos parceiros, localizados em diferentes regiões do Brasil. A falha técnica ocorreu justamente em um dos períodos mais sensíveis do calendário acadêmico: o fechamento de matrículas. Alguns polos estavam no meio de processos de venda com potenciais estudantes no exato momento da interrupção. A equipe de suporte técnico identificou a falha como um colapso no sistema de hospedagem, sem previsão imediata de restabelecimento.

A reação emocional inicial do gestor envolvido foi intensa: ansiedade, urgência, frustração e um senso agudo de responsabilidade em relação aos parceiros impactados. Segundo Damásio (1996), essas emoções funcionam como marcadores somáticos, sinais fisiológicos e afetivos que guiam a ação consciente. Foi exatamente esse reconhecimento emocional que permitiu ao gestor reorientar sua conduta. Em vez de ceder ao impulso reativo, ele recorreu a estratégias de autorregulação, como pausas breves, respiração consciente e reavaliação das prioridades, práticas que, de acordo com LeDoux (1996), ajudam a reativar o córtex pré-frontal e reequilibrar os sistemas de resposta emocional.

A partir dessa estabilização emocional inicial, foi possível ativar recursos cognitivos mais organizados: mapeamento rápido dos polos mais impactados, criação de canais paralelos de atendimento, elaboração de um plano de contingência para redirecionamento de leads e estabelecimento de comunicação transparente com os coordenadores regionais. Essas decisões, tomadas sob alta pressão, demonstram a hipótese de Pinker (1999) de que, embora carreguemos impulsos emocionais primitivos, nossa arquitetura mental também dispõe de mecanismos racionais desenvolvidos para lidar com problemas complexos.

Ao final da crise, a capacidade de resposta foi avaliada positivamente, tanto pelos parceiros quanto pela direção institucional. A liderança demonstrada na situação foi reconhecida não apenas pela competência técnica, mas pela estabilidade emocional demonstrada, reforçando a noção

de que razão e emoção não apenas coexistem, mas se alimentam mutuamente no processo decisório, como bem defende Damásio (2004) em *Em Busca de Espinosa*.

Essa experiência prática exemplifica, de forma concreta, como os conceitos de cognição e consciência discutidos ao longo deste artigo se manifestam no cotidiano profissional. Mais do que uma crise técnica, tratou-se de um cenário real de mobilização emocional, reorganização cognitiva e construção consciente de uma resposta adaptativa.

8 CONCLUSÃO

A partir das contribuições de Steven Pinker e Antônio Damásio, este artigo buscou refletir sobre as bases da cognição humana e da consciência, especialmente no que diz respeito à integração entre emoção e razão. As evidências apresentadas demonstram que essas dimensões não são opostas ou separadas, como preconizava a tradição cartesiana, mas profundamente entrelaçadas no funcionamento da mente.

Pinker (1999) nos lembra que, apesar de nossa capacidade racional, ainda somos influenciados por estruturas emocionais forjadas ao longo da evolução. Damásio (1996; 2003), por sua vez, demonstra que a emoção não apenas precede a razão, mas a fundamenta. A experiência profissional relatada, uma situação crítica envolvendo a interrupção de sistemas digitais em uma instituição de ensino, mostrou como emoções intensas podem, quando reconhecidas e reguladas, contribuir para decisões racionais mais eficazes. Nesse contexto, conceitos como os marcadores somáticos e os sistemas emocionais inconscientes demonstram sua aplicabilidade prática.

Autores como LeDoux, Vygotsky, Piaget, Ekman, Izquierdo e Morin reforçam que a cognição humana é uma construção dinâmica, socialmente mediada, neurobiologicamente condicionada e afetivamente orientada. Pensar, sentir e decidir são processos simultâneos que se articulam em níveis variados de consciência e complexidade.

Portanto, compreender as bases teóricas da cognição e da consciência à luz dessa interdependência não apenas enriquece a análise acadêmica, como também qualifica a prática profissional, educacional e

organizacional. Integrar emoção e razão é, antes de tudo, reconhecer a complexidade do humano, e é esse reconhecimento que possibilita respostas mais adaptativas, éticas e eficazes às demandas do mundo contemporâneo.

10 REFERÊNCIAS

Damásio, A. R. (1996). *O erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano* (M. A. D'Elia, Trad.). Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 1994)

Damásio, A. R. (2000). *O mistério da consciência: Do corpo e das emoções ao conhecimento de si* (L. da Anunciação, Trad.). Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 1999)

Damásio, A. R. (2003). *Em busca de Espinosa: Prazer e dor na ciência dos sentimentos* (L. da Anunciação, Trad.). Companhia das Letras.
https://www.academia.edu/42771519/Em_Busca_de_Espinosa_Antonio_Da_masio

Damásio, A. R. (2022). *Sentir e saber: As origens da consciência* (L. da Anunciação, Trad.). Companhia das Letras.

Ekman, P. (2003). *A linguagem das emoções: Como entender as expressões emocionais* (M. Teixeira, Trad.). Lua de Papel.

Izquierdo, I. (2008). *A arte de esquecer*. Artmed.

Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.

LeDoux, J. (1996). *O cérebro emocional: Os misteriosos alicerces da vida emocional* (M. A. D'Elia, Trad.). Objetiva. (Trabalho original publicado em 1996)

Morin, E. (2005). *Introdução ao pensamento complexo* (M. A. D'Elia, Trad.). Sulina.
https://www.academia.edu/2466358/Introdu%C3%A7%C3%A3o_ao_pensamento_complexo

Piaget, J. (1959). *O nascimento da inteligência na criança* (M. D. S. Dantas, Trad.). Zahar. (Trabalho original publicado em 1936)

Pinker, S. (1999). *Como a mente funciona* (M. A. D'Elia, Trad.). Canadian Psychology, 40(3), 279–281.
<https://www.proquest.com/psychology/docview/220813810>

Pinker, S. (2002). *Tábula rasa: A negação contemporânea da natureza humana* (L. A. de Araújo, Trad.). Companhia das Letras.

Vygotsky, L. S. (1991). *A formação social da mente: O desenvolvimento dos processos psicológicos superiores* (J. C. Netto, Trad.). Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1930)