

## **A ciência prova o que muitos já sabiam: ser solidário faz bem**

Escrito por Paulo Santos

Sex, 30 de Janeiro de 2015 22:49 - Última atualização Sex, 30 de Janeiro de 2015 22:57

---



**A ciência prova o que muitos já sabiam: ser solidário faz bem. Solidariedade não faz bem apenas para quem recebe ajuda, mas também para quem a pratica. E isso, agora, está comprovado cientificamente: Um estudo realizado nos EUA por um neurocientista brasileiro revela que a boa ação (doar, ser voluntário ou visitar hospitais e instituições carentes) ativa uma região cerebral que proporciona uma sensação de prazer e bem-estar comparada aos atos de comer chocolate, ganhar dinheiro e fazer sexo!**

**Além de ter a oportunidade de ajudar pessoas que precisam, praticar o altruísmo alivia tensões, reduz o estresse e pode até aumentar a expectativa de vida. Segundo o neurocientista Jorge Moll Neto, autor da pesquisa, “se os egoístas não tinham um bom motivo para fazer algo em prol dos outros, agora têm!”.**

**Então, não deixe o espírito natalino e solidário ir embora porque o Natal já passou. Faça (ou continue fazendo) doações e trabalhos beneficentes! Junte-se a nós e seja um do grupo de hum milhão de agentes da paz e da solidariedade.**

**(Fonte: Jornal O Dia)**