

Enamorarse, una cuestión de cabeza

EL SER HUMANO ESTÁ PROGRAMADO PARA AMAR A TRAVÉS DE LA QUÍMICA CEREBRAL, QUE GENERA UN VARIADO ESTALLIDO DE EMOCIONES PRODUCIDAS POR DESCARGAS NEURONALES Y HORMONALES

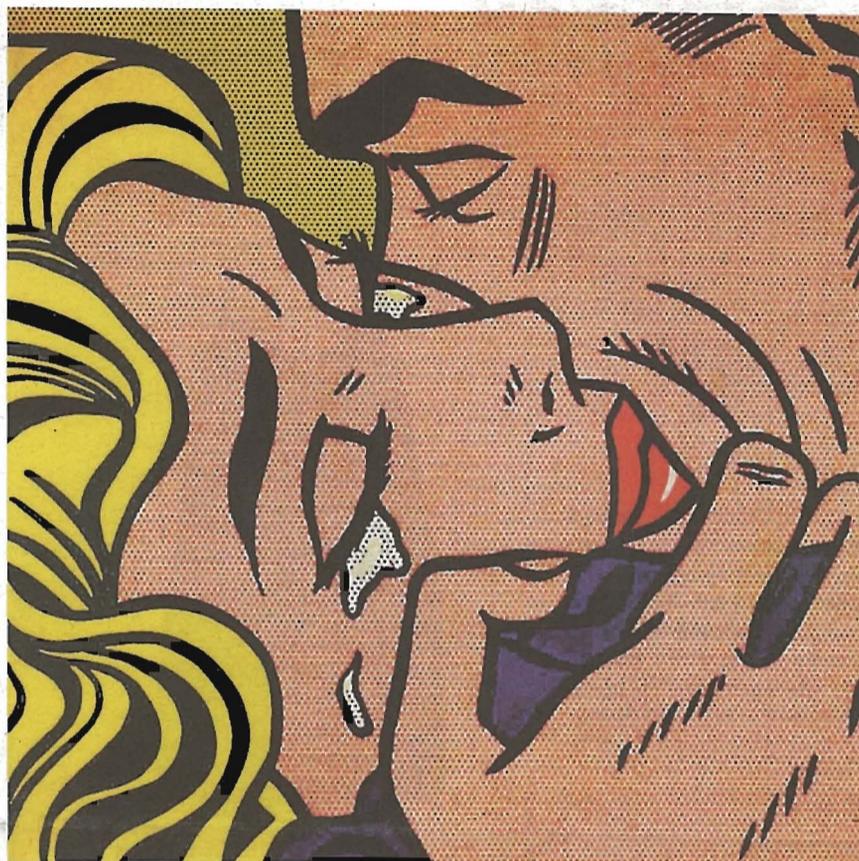
Por **Ana Iglesias**

Mariposas en el estómago, palpitaciones, una sonrisa permanente... son algunos de los síntomas de *la enfermedad del amor*. Durante siglos se ha considerado que la razón y el pensamiento residían en el cerebro y las emociones y sentimientos en el corazón, pero estudios científicos han demostrado que el amor se desarrolla en el cerebro. «No se puede decir que exista un centro de las emociones en el cerebro, pero se conocen estructuras, fundamentales para las emociones, como el sistema límbico y las estructuras que se relacionan con él», explica el médico psiquiatra Iván Lerma.

El estado de enamoramiento es una sensación mental que causa efectos sobre nuestro cuerpo, «genera sustancias como son la serotonina, la noradrenalina y la dopamina». Cada cultura tiene una manera diferente de manifestar el amor, pero en todo ese estallido de emociones existen descargas neuronales y hormonales que conducen a una pasión amorosa capaz de descontrolar nuestras vidas. El cerebro activa una zona que produce dopamina y oxitocina, una hormona relacionada con el apego, el establecimiento de emociones o el orgasmo, que hace que nos movilemos hacia la persona amada», explica el experto.

¿AMOR O DESEO SEXUAL?

Médicos científicos descubrieron que existen dos estructuras cerebra-



les como son la ínsula y el cuerpo estriado cuya función es llevarnos del deseo sexual al amor. «El deseo sexual es una reacción instintiva ante el estímulo, en cambio el amor es una elaboración consciente determinada por muchos factores, entre ellos las emociones. En el amor, al tratarse de una experiencia consciente más elaborada, estarán implicadas también

estructuras más modernas evolutivamente, como la corteza cerebral».

La región cerebral relacionada con el deseo sexual se *enciende* cuando percibimos cosas que son inherentemente agradables, como el sexo o la comida. En el área activada por el amor está implicado un proceso de condicionamiento merced al cual damos un valor inherente a las cosas

relacionadas con la recompensa o con el placer. Además, el amor activa diferentes vías neuronales relacionadas con la monogamia o el vínculo característico de las relaciones de pareja.

DE LA PASIÓN AL APEGO

Son muchos los tópicos que existen sobre los hombres y su abundante predisposición a la infidelidad, pero existen razonamientos biológicos que confirman su fama. «El deseo sexual tiene la función de facilitar la reproducción y para ello la evolución ha seleccionado este rasgo en los hombres, que pueden tener descendencia de forma simultánea con distintas hembras. En cambio, en las hembras la evolución ha favorecido los rasgos relacionados con el apego», afirma el doctor Lerma.

Diversos estudios reflejan que la pasión en la pareja dura entre cuatro y siete años. A partir de ese momento, la pasión bioquímica se agota y el organismo entra en una segunda fase: el apego. La pasión es insistente y nos impulsa constantemente a satisfacer la necesidad biológica de reproducirnos.

Una pasión eterna nos impediría centrarnos en algo que no fuese nuestra pareja, por ello es nuestro cerebro el encargado de calmar la tormenta de la pasión romántica que vivimos y proporciónarnos tranquilidad... hasta que volvamos a enamorarnos de otra persona, aunque todos deseamos que nos amen eternamente.

Iván Lerma [Médico psiquiatra]

«El amor no solo es una cuestión biológica: ponemos mucho en juego y no siempre sale como pensamos»

Por **Ana Iglesias**

Relacionar el amor con el corazón es un mito romántico de los trovadores del siglo XII. El ser humano está programado para amar, a través de la química cerebral. El médico psiquiatra Iván Lerma explica las relaciones entre los sentimientos y su intrínseca relación con nuestra capacidad cerebral.

—¿Todas las personas desarrollan la capacidad de amar?

—En algunas formas graves de autismo puede existir un déficit en esta capacidad, o al menos de experimentar este sentimiento de amor romántico como quienes no padecen

la enfermedad, debido a la marcada afectación en la reciprocidad emocional que sufren.

—¿Qué opina de la fórmula *cupido: existe el flechazo*?

—El flechazo tiene que ver más con la pasión y el deseo sexual que con el amor. Es una reacción más instintiva y automática, menos consciente que el amor romántico. En muchos casos confundimos deseo con amor.

—¿Qué cambia en el cerebro para pasar del amor al odio?

—El amor no solo es una cuestión biológica, sino que tiene un marcado componente psicológico y social. Es decir, con el amor ponemos mucho en

juego y no siempre sale como teníamos pensado, por lo que la herida psicológica puede ser tan grande que se puedan acabar experimentando emociones tan intensas como el odio.

—¿Desarrollan las mismas zonas cerebrales hombres y mujeres?

—Las presiones evolutivas en el ser humano, al igual que en el resto de los animales, han generado diferencias no solo en la morfología externa, sino también en sus cerebros. Estas diferencias, gran parte mediadas por hormonas como la testosterona y los estrógenos, se traducen en conductas y motivaciones distintas respecto al amor y la sexualidad.



El psiquiatra Iván Lerma dice que hombres y mujeres no aman igual SANDRA ALONSO