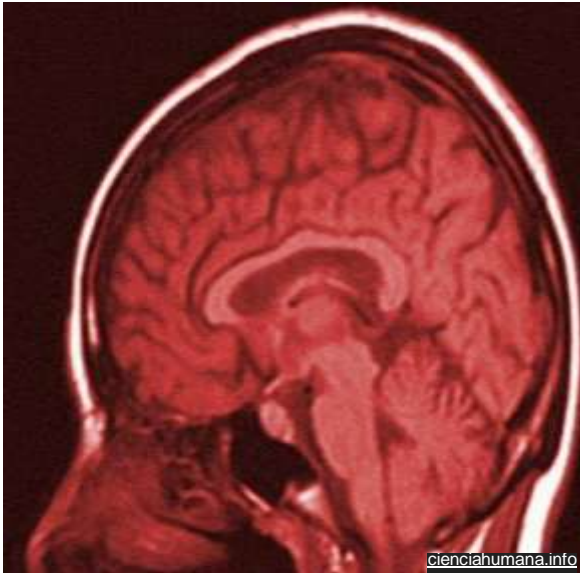


DESIFRAN LOS *INGREDIENTES* BIOQUÍMICOS DEL AMOR

Tomado de López, P gaceta UNAM # 4,408, 2012

Aunque acelere sus latidos, no es un asunto del corazón; todo sucede en el cerebro



El amor es un proceso extremadamente complejo que echa a andar mecanismos bioquímicos y endocrinos relacionados al placer, atracción sexual, confianza e intimidad emocional. Sin embargo, en sus habituales claroscuros, también produce ansiedad, obsesión y depresión.

Y a pesar de que acelere sus latidos, no es asunto del corazón, ya que todo lo que tiene que ver con él sucede en el cerebro, aseguró Ignacio Camacho Arroyo, profesor investigador de la facultad de Química de la UNAM.

Durante el seminario la Neurobiología y el Amor, que ofreció en la mencionada entidad académica, el biólogo y doctor en investigación bioquímica básica explicó algunas rutas experimentales que transitan los científicos para descifrar cuales son los *ingredientes* bioquímicos del amor y cómo se modulan en el cerebro, e involucran a sistemas como el límbico, responsable de las emociones.

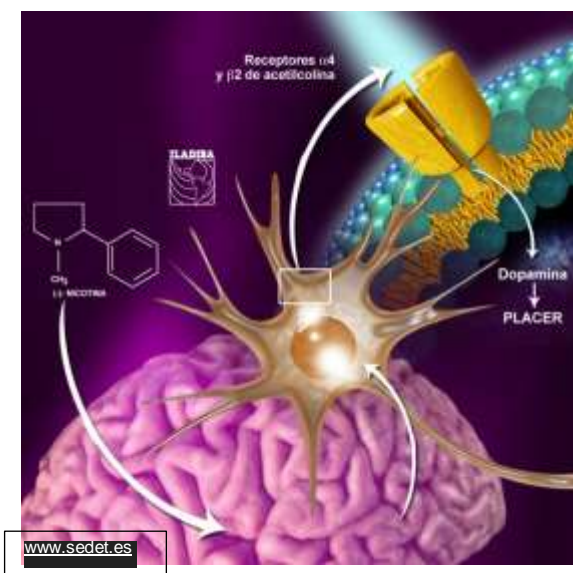
El profesor investigador destacó que, desde la biología, hay dos tipos de amor: romántico (o de pareja) y filial (maternal o paternal), ambos ligados a la perpetuación y a la supervivencia de la especie.



TRES ETAPAS, TRES COMBINACIONES

El amor tiene tres etapas fundamentales, definidas por el inicio, avance y establecimiento de la relación de pareja, sustentadas en diferentes matices bioquímicos.

La primera tiene que ver con el enamoramiento, en el que ocurren cambios fisiológicos fuertes, un estado de ánimo alegre, estimulante, y una percepción diferente de la realidad, que hace ver al ser amado como perfecto.



“Se modifica la producción de varias hormonas, como el colesterol, ligados al estrés, y que aumentan en esa fase inicial. En los hombres disminuye la producción de testosterona, hormona sexual masculina cuya reducción los mantiene tranquilos, pero ésta se eleva en las mujeres y las vuelve más alertas e incluso agresivas”, aseveró el especialista en neurobiología.

La segunda etapa es el amor pasional o estable, en el que se reducen estrés y ansiedad, y aumentan emociones ligadas a la seguridad y el bienestar, así como el conocimiento de la pareja.

“La relación sexual estrecha algunos circuitos neuronales y se establece la intimidad emocional, con factores psicológicos relevantes y el incremento de hormonas como la oxitocina y la vasopresina, que se secretan después del coito y refuerzan el vínculo emocional entre la pareja”.

En la construcción y mantenimiento de los lazos afectivos entre dos individuos también participan neurotransmisores como la dopamina y la serotonina, y opiáceos endógenos (moléculas producidas por el organismo asociado al placer y a la disminución del dolor) como las endorfinas y encefalinas.

El investigador precisó que la serotonina, dopamina y encefalina contribuyen en la generación y reforzamiento de muchas emociones amorosas, ya que actúan en las estructuras cerebrales relacionadas con el placer y las sensaciones de recompensa.

“La vasopresina y oxitocina también son importantes en el amor filial, debido a que ambas intervienen en el despliegue de conductas sociales, importantes en ambos tipos de amor. La oxitocina es esencial para el trabajo de parto y la lactancia, e induce a las madres a cuidar a sus crías”, detalló el científico.

La tercera es el amor de compañía, un sentimiento intenso y duradero que se incrementa con la comunicación y el aprendizaje, tanto de la otra persona como de la vida en pareja. “En esta fase algunos estímulos bioquímicos dejan de ser novedosos y se establecen pautas conductuales que ya no despiertan el interés y la motivación iniciales. Por eso se dice que el secreto está en variar actividades y conductas que se presentan en una relación”

Aquí es importante, en muchas culturas, el proceso de fidelidad e infidelidad, el cual se estudia con ratones de laboratorio para si hay una predisposición a la endogamia o la poligamia.

MAYOR SOLIDEZ

Numerosas relaciones de pareja evolucionan hacia el matrimonio y la vida compartida, que inicia otra fase de aprendizaje, especialmente con el nacimiento de los hijos.

“Diversos grupos de psicólogos en el mundo han descubierto que entre los *ingredientes* que dan mayor solidez a una relación están comunicación, confianza, compromiso, intimidad y apoyo en momentos desfavorables, así como ponderar aspectos positivos y celebrar buenas noticias” finalizó.



BIBLIOGRAFÍA

López, P. Descifran los *ingredientes* bioquímicos del amor conferencia Ignacio Camacho Arroyo, profesor investigador de la facultad de Química de la UNAM. Gaceta UNAM 8 de marzo 2012 Número 4, 408 ISSN 0188-5138. Página 11