

La buena química

ANASTASIA TOUFEXIS :: 18/02/2009

Vale, dejémonos de esas tonterías acerca del amor romántico y aportemos algo de precisión científica. Pongamos el amor bajo el microscopio.

Cuando lo examina gente rigurosa (con la abreviatura Dr. acompañando su nombre), lo que ve no es algo estúpido, absurdo. No, su investigación revela que el amor está firmemente asentado en los cimientos de la evolución, la biología y la química. Lo que a primera vista parece un comportamiento irracional, exaltado, es en realidad parte de la estrategia rectora de la naturaleza: una fuerza que ha ayudado a los humanos a sobrevivir, crecer y multiplicarse durante miles de años. Michael Mills, profesor de Psicología de la Loyola Marymount University de Los Ángeles, dice: "El amor son nuestros antepasados susurrándonos al oído".

Probablemente fue en las llanuras de África, hace cuatro millones de años, en los albores de la especie humana, cuando la idea de amor romántico empezó a florecer o, al menos, cuando empezaron a fluir las primeras cascadas de sustancias neuroquímicas del cerebro a la sangre, provocando embelesadas sonrisas y manos sudorosas mientras hombres y mujeres se miraban profundamente a los ojos. Cuando la Humanidad pasó de gatear a caminar sobre las dos piernas, este cambio hizo que, por primera vez, los demás seres humanos pudieran ver a una persona de cuerpo entero. Los órganos sexuales estaban completamente expuestos a la vista, igual que otras características como el color de los ojos o la envergadura de los hombros. Cada individuo tenía ahora su atractivo personal.

Entonces se armó la gorda, y nuevas maneras de hacer el amor permitieron que el sexo se convirtiera en una unión romántica, y no sólo en un mero acto reproductor. Aunque el método predilecto de la mayoría de los animales era, y sigue siendo, montar a la pareja por detrás, los humanos empezaron a disfrutar de la cópula cara a cara, y tanto las miradas como la atracción personal se convirtieron en una parte mucho más importante de la eyaculación.

Cuatro años de pasión

El romance servía al objetivo evolucionista de comprometer a machos y hembras en una asociación a largo plazo, esencial para la crianza de los hijos. En las praderas abiertas debía de ser difícil -y peligroso- que fuese sólo uno de los padres se ocupara de un hijo mientras buscaba comida al mismo tiempo. "Si una mujer tenía que llevar en un brazo el equivalente a una bola de 9 kilos y un montón de palos en el otro, era una necesidad biológica que se emparejara con un cónyuge para criar al pequeño", explica la antropóloga Helren Fisher, autora de *Anatomy of love* (Anatomía del amor).

Aunque la cultura occidental se aferra a la idea de que el verdadero amor arde para siempre (la película "Drácula" de Bram Stoker muestra al Conde levando la llama más allá de la vida), parece que la naturaleza dictaba que la chispa de la pasión durara unos cuatro años.

Las

parejas primitivas sólo permanecían juntas "el tiempo suficiente para criar un niño", dice Fisher. Luego, cada uno encontraba una nueva pareja y volvía a empezar.

Lo que Fisher llama "la crisis -o comienzo- del cuarto año" se refleja inequívocamente en las estadísticas de divorcios. En la mayoría de las 62 culturas estudiadas por ella, las tasas de divorcio alcanzan su cota máxima al cuarto años de matrimonio. Hijos adicionales ayudan a mantener las parejas juntas más tiempo. Si, por ejemplo, una pareja tiene otro hijo tres años después del primero, tal y como suele ocurrir, entonces su unión puede tener unas expectativas de durar en torno a cuatro años más. Esto las hace estar maduras para el familiar

fenómeno retratado en el clásico de Marilyn Monroe "la tentación vive arriba".

Pero, en los designios de la naturaleza, el amor no es eterno. Tampoco exclusivo. Menos de un 5% de los mamíferos forma parejas totalmente estables. Desde los primeros días, sostiene Fisher, el patrón humano ha sido "monogamia con adulterio clandestino". Una cana al aire de vez en cuando aumentaba las posibilidades de que se transmitieran nuevas combinaciones de genes a la siguiente generación: los hombres que buscaban nuevas compañeras tenían más hijos.

Contrariamente a la idea general, las mujeres eran igualmente susceptibles de perderse. "Con tal de que las mujeres prehistóricas fueran discretas con sus relaciones extramatrimoniales", dice Fisher, "podrían obtener más recursos, mejor seguridad vital, mejores genes y un DNA más variado para sus futuros vástagos. De ahí que aquellas que se metían secretamente entre los arbustos seguían viviendo al transmitirse inconscientemente a través de los siglos aquello que existe en el espíritu femenino (y masculino) y que motiva a las mujeres modernas a coquetear.

El amor es química

"Amor es una designación romántica para un proceso biológico muy ordinario -o, mejor dicho, químico-. Un montón de tonterías se escriben y discuten sobre ello". Greta Garbo a Melvyn Douglas en "Ninotchka".

Los amantes afirman a menudo que se sienten como arrastrados. Y no se equivocan: según sugieren las investigaciones, están literalmente arrollados por sustancias químicas. Un cruce de miradas, un contacto de manos o una ráfaga de olor desencadenan un aluvión que empieza

en el cerebro y recorre los nervios y la sangre. Los resultados son conocidos: rubor, manos sudorosas, jadeos. Si el amor se parece sospechosamente al estrés, la razón es sencilla: los senderos químicos son idénticos.

Por encima de todo está la euforia de enamorarse, una reacción no tan sorprendente si se tiene en cuenta que muchas de las sustancias que anegan al enamorado son primas de las anfetaminas. Incluyen dopamina, noradrenalina y, sobre todo, feniletilamina (FEA). Cole Porter sabía de lo que hablaba cuando dijo: "Me pones como una moto". "El amor es un subidón natural", observa Anthony Walsh, autor de La ciencia del amor: entender el amor y sus efectos en la mente y el cuerpo (The science of Love: Understanding Love and Its Effects

on Mind and Body"). "La FEA es lo que hace que uno lance esa sonrisa tonta a un desconocida. Cuando nos encontramos con alguien que nos resulta atractivo, suena la sirena en la fábrica de FEA". Pero los subidones de feniletilamina no duran para siempre, hecho que apoya el argumento de que el amor romántico apasionado es efímero. Como sucede con cualquier anfetamina, el cuerpo desarrolla una tolerancia a la FEA, con lo que cada vez hace falta más cantidad de sustancia para producir el chispazo del amor. Al cabo de dos o tres años, el cuerpo no puede generar la cantidad necesaria de FEA y, contrariamente a la creencia popular, comer dulces no ayuda, ya que, pese a que son ricos en FEA, no pueden incrementar la aportación corporal.

La falta de sustancias químicas marca el final de la pasión delirante, y para muchas personas, el fin de la relación. Esto es sobre todo válido para aquellos que el doctor Michael Liebbowitz del Instituto Psiquiátrico del Estado de Nueva York denomina "adictos a la atracción", los cuales anhelan tan ardientemente la embriaguez de enamorarse que pasan frenéticamente de una relación a otra tan pronto como desaparece el primer ramalazo de enamoramiento.

Romances que calman

Está claro que muchos romances sobreviven a los primeros años. ¿Cómo se explica esto?. Por supuesto, con otra serie de sustancias químicas. La presencia constante de un compañero hace que aumente progresivamente en el cerebro la producción de endorfinas. En contraste

con las efervescentes anfetaminas, estas sustancias son sedantes. Calmantes naturales que dan a los amantes una sensación de seguridad, paz y sosiego. "Esta es una de las razones por las que nos sentimos tan mal cuando un amante nos abandona o muere", observa Fisher. "Nos falta nuestra dosis diaria de droga".

Los Investigadores observan un contraste entre el ardiente enamoramiento inducido por la FEA, junto con otras sustancias anfetamínicas, y ese apego más íntimo que propician y prolongan las endorfinas. "Amor temprano es cuando amas la forma en que el otro te hace sentirte", explica el psiquiatra Mark Goulston, de la Universidad de California. "Amor maduro es cuando amas a la otra persona por como es". Es la diferencia entre pasión y compasión, observa Walsh, psicobiólogo de la Boise State University de Idaho. "Es Bon Jovi frente a Beethoven".

La oxitocina es otra sustancia química que ha empezado a relacionarse recientemente con el amor. Producida por el cerebro, sensibiliza los nervios y estimula la contracción muscular. En las mujeres, favorece las contracciones uterinas durante los partos así como la producción de leche y parece que inspira en las madres el deseo de mecer a sus niños. Los científicos conjeturan que la oxitocina podría fomentar un acercamiento similar entre mujeres y hombres. Es posible que esta versátil sustancia intensifique los orgasmos. El nivel de oxitocina aumenta entre tres y cinco veces durante el clímax en los hombres y todavía más en las mujeres.

Cómo se elige pareja

Los químicos pueden ayudar a explicar (por lo menos a los científicos) los sentimientos de pasión y compasión, pero no por qué la gente tiende a enamorarse de un sólo compañero/a en vez de en un montón de ellos/as. Una vez más, es en parte una función de la evolución y de la

biología. "Los hombres buscan el máximo de fertilidad en una compañera", dice Mills, de la Loyola Marymount University de Los Ángeles. "Esto es en gran parte la razón por la cual las mujeres en los primeros años de fertilidad, de los 17 a los 28 años, son tan deseables". Los hombres pueden reconocer juventud y fertilidad de un vistazo (es necesario señalar aquí que esta versión científica, que basa la atracción en la reproducción de la especie, no puede explicar el amor homosexual, ya que, según esta lógica, al no engendrar ningún hijo no tendría propósito evolutivo alguno).

Los estudios demuestran que los hombres se enamoran bastante rápidamente, mientras que las mujeres caen más lentamente. Esta diferencia se debería, según los científicos, a que las necesidades femeninas son más complejas. Ellas necesitan más tiempo para dar el visto bueno al hombre. "La edad no es esencial", dice Mills, "pero la capacidad de proporcionar seguridad, reconocer a los hijos, compartir recursos y tener un alto status en la sociedad, son todos factores clave".

Sin embargo, esta visión centrada meramente en la reproducción (normal viniendo de una universidad católica) no explica porqué la manera en que anda y ríe María, pongamos por caso, vuelve loco a José, mientras que el contoneo y la sonrisa insinuante de Carmen le dejan frío. "La naturaleza nos ha hecho conectar con una persona especial", sugiere románticamente Walsh, que rechaza la idea de que una mujer o un hombre puedan estar enamorados de dos personas al mismo tiempo. "Cada persona lleva en su mente una única y subliminal guía del compañero/a ideal, un mapa amoroso, para coger prestado el término acuñado por el sexólogo John Money del Hospital John Hopkins de Nueva York.

Sacado de la gente y de las experiencias de la infancia, el mapa es un registro de todo aquello que encontramos tentador y excitante, o molesto y asqueroso. Pies pequeños, pelo rizado. La manera en que nuestras madres nos daban un tortazo en la cabeza, cómo nuestros padres nos contaban un chiste, el uniforme de un bombero, el estereoscopio de un doctor. Toda la información recogida al crecer se imprime en los circuitos cerebrales en la adolescencia. Los miembros de la pareja nunca acaban de cumplir todos los requisitos, pero un número suficiente de conexiones pueden encender los cables y lanzar la señal "es amor"; no todos los compañeros o compañeras serán como el anterior, ya que los amantes pueden tener diferentes combinaciones de las características favorecidas por el mapa.

** Artículo publicado por la revista Time, el 15 de febrero de 1993. Y traducido en España en la revista anarquista Amor y Rabia, Nº 16, de 11 de junio de 1996.*

https://www.lahaine.org/est_espanol.php/la_buena_quimica