

Naturaleza bioquímica del amor

Por Jorge A. Oriza Vargas © 226-2014

Hemos escrito en artículos anteriores¹, algunas de las características fundamentales del amor, básicamente del amor en la pareja; amor sobre el que se forman vínculos enriquecedores para la plenitud humana, y en el que se ha sustentado la formación de la familia en la sociedad. En este artículo, comentaremos alguna información adicional, sobre otros elementos, naturales, biológicos, que intervienen de manera importante en la generación de los sentimientos de afecto hacia el sexo opuesto, y que permiten junto con la voluntad y la inteligencia del individuo, establecer los lazos psicológicos de las relaciones amorosas que pueden llegar al largo plazo.

Diversos estudios en las últimas décadas, han venido a corroborar aquella afirmación de que la "química" entre dos personas era fundamental para enamorarse; si había química, esto era posible, y se afirmaba además que, en sentido opuesto, podía no haber química entre dos personas. Ahora sabemos que en esto hay una explicación fundamentada y muy cercana a la realidad; se ha probado científicamente, que desde el "disparo del flechazo" inicial, y conforme avanza el proceso de enamoramiento entre el hombre y la mujer, se genera un proceso bioquímico, hormonal, concretamente atribuido a hormonas como la dopamina, la oxitoxina, la serotonina, la vasopresina y la feniletilamina, las cuales son las responsables de establecer esos estados iniciales del amor, y darle la continuidad a las sensaciones de atracción, de placer y de romanticismo².

Es decir, desde el inicio del enamoramiento, en su etapa inicial de la atracción y gusto hacia la otra persona, hasta las etapas subsecuentes, de mayor romanticismo y de intimidad, se generan fuerzas emocionales que tienen su origen en el sistema límbico, y nos mueven a acercarnos a la persona de la cual nos hemos enamorado, y nos llevan a permanecer a su lado (apego). Estas emociones, tienen relación como decía, con hormonas y neurotransmisores regulados por los sistema nervioso y endocrino³.

Y una primera conclusión surge de este análisis; es primero la atracción y el gusto hacia esa persona, y luego es la parte racional, cognitiva, la que nos permite confirmar ese paso inicial y llevarlo hacia el largo plazo. Daniel Goleman menciona en su libro

¹ Ver por ejemplo, la cápsula ADEF 21 sobre el amor y la inteligencia emocional, o sobre los valores del amor conyugal, en la cápsula ADEF 32; o sobre el amor y la autoestima, en la cápsula 147 y sobre el amor y la renuncia, en la cápsula 220.

² Goleman Daniel, *Inteligencia Social*, Editorial Planeta 1ª edición, México 2006, p.271

³ En la cápsula ADEF 67 (2011), ya escribimos algunos antecedentes sobre la bioquímica del comportamiento humano. Actualmente se tiene mayor información relacionada con los factores hormonales y químicos que intervienen en el amor; además del trabajo de Goleman y de científicos de EUA, cito como ejemplo, un artículo de Guillermo Cárdenas, (*El Universal*, Méx. 14 de febrero 2011), que trata este tema con base en el trabajo de Oscar Galicia Castillo, (Laboratorio de Neurociencias de la Universidad Iberoamericana). En Internet, cualquier buscador le dará información actual sobre el tema *Bioquímica del amor*.

sobre la Inteligencia Social⁴ que básicamente son tres redes neurológicas las que intervienen en las manifestaciones estructurales del amor; estas son, la red de apego, la de cuidado y la de la sexualidad. Todas ellas, han sido las responsables de la supervivencia y preservación de nuestra especie, desde hace más de dos millones de años. Todas ellas, tienen zonas cerebrales asociadas y su propio "coctel" químico de hormonas y neurotransmisores que las caracterizan. Con base en esto, podemos obtener otras conclusiones importantes.

- a) Si bien las tres redes neuronales son interdependientes y son las responsables biológicas del amor de largo plazo, la red de apego es la que de manera importante permite sostener la relación y la intensidad del vínculo, al fortalecerse con las redes racionales, cognitivas, en donde radica la inteligencia y la voluntad del individuo por amar a su pareja. En esta combinación de factores, son también los valores, es decir la valoración que doy a mis relaciones y el cómo me comporto en ellas, lo que le da fortaleza al vínculo de largo plazo. Es decir, no sólo son las hormonas, sino el conjunto de factores lo que le da sustento al largo plazo.
- b) Es decir, en el amor hay relaciones de interdependencia entre los procesos hormonales, las sensaciones afectivas y las decisiones inteligentes. Si estoy convencido de que te quiero, de que eres la persona con la que voy a compartir muchos años de mi vida, para formar incluso una familia, esas convicciones racionales -como está probado en los factores que caracterizan al amor conyugal⁵- también generan reacciones límbicas, emocionales, caracterizadas como decíamos por la dopamina, la oxitoxina y/o la feniletilamina, que le dan placer y emotividad intensa a la relación, no obstante el paso de los años. Esta afirmación, contradice de alguna manera aquellos argumentos de que son temporales o limitados los efectos de la oxitoxina, ya que la variabilidad de su producción está también relacionada con las decisiones inteligentes del individuo. Y esto no es teórico, al contrario nos explica el porqué del éxito de relaciones matrimoniales, que llegan a los 25, a los 40 o a los 50 años de vivir juntos y que además, muestran con su propia experiencia de vida, que su relación ha sido armoniosa y feliz.
- c) Seguramente habrá quién me argumente que también hay muchos casos – actualmente son muchísimos- en los que la relación termina en el corto plazo, no obstante ya casados; el creciente índice de divorcios lo demuestra. En estos casos, efectivamente la temporalidad de los procesos biológicos fue evidente, porque además no fue fortalecida con los otros factores que mencionamos. Por eso

⁴ Op. Cit.

⁵ Sugiero leer los artículos sobre las características de amor conyugal: Cápsulas ADEF nos. 147 a 149 y la 161 sobre la intimidad en el amor conyugal.



hablamos de la necesidad de crecer en inteligencia emocional sobre todo en las relaciones de pareja⁶. Sin embargo, es de usted la mejor conclusión, según su propia circunstancia. Hasta la próxima.

Jaov'

Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: iem@iema-oriza.com

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes. Todas las Cápsulas de ADEF, tienen registro de derechos de autor vigente.

⁶ Los invito a leer nuestro libro: La inteligencia Emocional en el matrimonio. Editorial Trillas, 2ª edición, México, 2010.