
Copyright©2019. Ana San Paulino Casal. This text may be archived and redistributed both in electronic form and in hard copy, provided that the author and journal are properly cited and no fee is charged.

LA QUÍMICA DEL AMOR

Amor puede sentirse hacia un hijo, un animal, una casa (objeto físico), una entidad espiritual y también hacia la pareja, por lo que esta emoción se describe, muchas veces, como uno de los mecanismos de supervivencia más importantes de la especie humana.

Vamos a poner un ejemplo para que se entienda mejor: imaginemos que somos un pintor. Un día nos levantamos, caminamos hacia el estudio y allí se encuentra un lienzo en blanco, este hace referencia a nuestro cerebro en su estado natural. Al lado, una paleta llena de pinturas, más conocidas como hormonas. Cada una de estas es de un color brillante, llamativo y nos instan a llenar el vacío de ese lienzo. Así, empezamos con una pincelada de un rojo intenso, la feniletilamina (conocida como la molécula del enamoramiento, y cuando nos enamoramos, esta inunda nuestro cerebro), este color nos atrapa, nos envuelve y nos hace sentir como si estuviésemos en una nube, por lo que cambiamos de pincel y cogemos una brocha para pintar todo el fondo. Una vez que ya no queda ni pizca de blanco, y ya con esa sensación de bienestar, cogemos un pincel fino, para crear formas, y lo empapamos en el color amarillo, la dopamina (no es exactamente una hormona, sino el principal neurotransmisor relacionado con las conductas placenteras y la repetición de estas. Interviene en las adiciones y en el amor y enamoramiento), así, necesitamos de la otra persona, ya no nos basta con una mirada, una sonrisa, una caricia o un beso, necesitamos más, mucho más. Con esta euforia, nos

venimos arriba y metemos las manos en el color azul, la serotonina (la *hormona de la felicidad*, asociada al estado de ánimo positivo, al optimismo y al buen humor), y con él es como si volviésemos a ser niños. Nos reímos sin motivo aparente, la vida es más brillante y el cuadro cada vez más colorido.

En conclusión, el amor no es una emoción. El amor es un impulso, una motivación que induce cambios en las sinapsis neuronales y consigue someter al órgano más importante del cuerpo, cambiándolo. Sin embargo, no podemos olvidar que, muchas veces, el amor es pasajero, por lo que los cambios sufridos son transitorios y reversibles.

Volviendo al ejemplo de antes, pongamos que en nuestro estado de pleno enamoramiento, decidimos exponer el cuadro en un bello parque, donde todo el mundo pueda verlo, pero, por desgracia, llega una tormenta y empieza a llover. Los primeros colores en desaparecer serán el amarillo y el azul (dopamina y serotonina), haciéndonos padecer un síndrome de abstinencia bastante doloroso, junto a una tristeza enorme. Así, como si fuésemos yonkies, intentaríamos reconstruir el cuadro, evitar que los colores desaparezcan, pero lo único que lograríamos sería mancharnos las manos y quedarnos con un vago recuerdo de lo que un día fueron y significaron esos colores. Una vez que se han extinto, el rojo (la feniletilamina) se va difuminando poco a poco, pero al ser el fondo, no llega a desaparecer y se vuelve de un rosado pálido, dejando solo el cariño por esa persona, ese recuerdo agridulce de lo que un día fue pero no pudo durar. Y, en el fondo, sabemos que por mucho que llueva, nuestra memoria creará un chubasquero alrededor de ese lienzo, para protegerlo, y es cuando nos damos cuenta que el rojo siempre lleva consigo al rosa, la oxitocina (fuertemente relacionada con la generación de lazos afectivos, el amor y el afecto). Y es entonces cuando el cerebro, gracias a su plasticidad, vuelve a cambiar y volvemos a mirar la vida como en un principio, esperando a otro lienzo en blanco en nuestro estudio.

Así, me quedaré con las palabras de Helen Fisher: “Incompleto. Para mí no hay otra palabra que describa mejor a los hombres y mujeres enamorados”. Porque, al fin y al cabo, aunque *el amor romántico es un sentimiento humano universal, producido por sustancias químicas y estructuras específicas que existen en el cerebro* (Fisher, 2004), cuando lo sentimos nuestro mundo no se entiende sin la otra persona.

Bibliografía

Fisher, H. (2004). *Why We L.A.V. The Nature and Chemistry of Romantic Love*. New York: Henry Holt and company.

Collado Guirao, Paloma; Guillamón Fernández, Antonio; Pinos Sánchez, Helena; Rodríguez-Zafra, Mónica; Claro Izaguirre, Francisco; Carrillo, Beatriz (2017) *Psicología Fisiológica*. Madrid: UNED.

Morgado Bernal, Ignacio (2007) *Emociones e inteligencia social: las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón*. Barcelona: Ariel.

Bear, Mark F.; Connors Barry W.; Paradiso, Michael A. (2016) *Neuroscience: Exploring the brain* (4th ed) Wolters Kluwer