

FENILETILAMINA, UNA DOSIS DE PASIÓN

Hace algunos años, los médicos del Instituto Psiquiátrico de Nueva York, Donald F. Klein y Michael Lebowitz, plantearon la teoría de que el cerebro es capaz de generar grandes cantidades de feniletilamina, un compuesto orgánico de la familia de las anfetaminas, que sería el responsable de las sensaciones y modificaciones fisiológicas que experimentamos al enamorarnos. El estudio comenzó cuando los galenos notaron que las personas con desilusiones amorosas buscaban devorar importantes dosis de chocolate, un alimento especialmente rico en dicho componente.

Al empaparse el cerebro de feniletilamina, éste respon-

de mediante la secreción de dopamina (neurotransmisor responsable de la capacidad de desear algo y de repetir un comportamiento que proporciona placer), norepinefrina y oxitocina. Esta última, además de estimular las contracciones uterinas para el parto y hacer brotar la leche, también parece funcionar como un mensajero químico del deseo sexual.

Así, el trabajo de los neurotransmisores da lugar a los arrebatos sentimentales. Estos compuestos combinados hacen que los enamorados puedan permanecer horas haciendo el amor y noches enteras conversando, sin sensación alguna de cansancio o sueño.

a las glándulas suprarrenales (riñón), haciendo que estas aumenten inmediatamente la producción de adrenalina y noradrenalina (neurotransmisores que comunican entre sí a las células de nuestro sistema nervioso). Entonces, los síntomas aparecen: el corazón late más rápido, se generan más glóbulos rojos para mejorar el transporte de oxígeno por el torrente sanguíneo, y se liberan grasas y azúcares que incrementan la capacidad muscular.

Este estado de excitación bioquímica, empero, no es eterno (hablar de 'amor eterno' sí podría resultar un tanto embarazoso desde el punto de vista de los laboratorios). Muy por el contrario: desaparece al cabo de unos años —en ningún caso después de un lustro—, momento en el cual empieza a ser necesario tomar el amor como una decisión más que como un sentimiento.

► EL MECANO

Extinguida la llama o etapa del enamora-

miento, la atracción física y la búsqueda de sexo tienden a esfumarse. Ahora, los pilares de la relación, necesariamente, deben cambiar.

En su célebre libro 'El arte de amar', el psicólogo social de la Escuela Crítica de Fráncfort, Erich Fromm, señaló que el verdadero amor es un arte que merece ser conocido en la teoría para poder ser llevado a la práctica. Entre las conclusiones a las que llegó este alemán acerca de la unión interpersonal o el 'amor erótico', está la necesidad de que este madure sin interferir en la individualidad de la pareja, basándose en el compromiso, el respeto y el deseo de alcanzar la propia felicidad con la satisfacción del otro.

Actualmente, muchas de las terapias de pareja y las guías de autoayuda parten de esta idea, mostrándole a los cónyuges o convivientes una serie de mecanismos socioculturales eficaces para evitar el desencanto y la separación. La empatía y los proyectos comunes cobran más vigencia que nunca, tornándose imprescindibles.