



Això és el que li passa al cervell quan t'enamores

[inicicentrareport]"Sigui quina sigui la substància de la qual estan fetes les ànimes, la seva i la meua són idèntiques", són les paraules que va escollir **Emily Brontë** per definir l'amor a *Cims borrascosos* l'any 1847. Dos segles després, la forma de verbalitzar l'enamorament, abans tan intensa, ha canviat en la cultura popular. No obstant això, **la ciència darrere de l'amor es manté intacta**, independentment de l'època: s'activen els mateixos recursos i sistemes que impulsen a seduir i desitjar la presència de la persona estimada.

La investigació *Els afectes sexuals: l'enamorament*, duta a terme pel catedràtic en psicologia de la sexualitat, Félix López, estableix, d'acord amb la classificació grega, **quatre tipus d'amor**: l'*Storge*, que és afectiu, característic entre familiars; *philia*, un sentiment d'amistat i atracció no sexual; *ágape*, que fa referència a la solidaritat afectiva, i l'**eros**, caracteritzat per l'afecte i el contingut sexual. Aquest últim concepte encaixa dins la definició d'enamorament.

Cada persona expressa l'amor a la seva manera. Pot dir que "està molt pillada", que "li agrada molt" o, si és una persona directa, que "t'estima". Però la veritat és que, en termes nuclears, el procés d'enamorament és sempre igual. En pensar o observar la persona desitjada, el cervell segrega neurotransmissors com la **serotonina**, l'**oxitocina** o la **dopamina**, així com el seu derivat, la **norepinefrina**.

A grans trets, les hormones condicionen l'**estat d'ànim**, la **conducta sexual** i l'**emotivitat**, entre altres. Amb l'alliberació de les substàncies l'organisme es posa en alerta, fet que provoca una exaltació de vitalitat i energia i fins i tot un augment de la capacitat de concentració i motivació. Així mateix, condiciona el **sistema de gratificació**, que busca instintivament tot allò que li proporciona benestar. És un procés que explica la biòloga i antropòloga **Helen Fisher**.

I, si el motor del procés està al cervell, **per què el cor bateja a tota velocitat quan veiem a la persona desitjada?** L'òrgan fa, de forma involuntària i rítmica, una mitjana de 10.000 batecs al dia. El sistema nerviós autònom és l'encarregat de fer-lo funcionar, a través de la branca parasimpàtica i la simpàtica. Quan aquesta última s'activa, els batecs del cor s'intensifiquen, les **pupilles es dilaten** i el cos es posa en alerta.

Si l'enamorament es correspon, l'**activitat cerebral** se centrarà durant els primers mesos en la persona desitjada, més enllà de la resta d'estímul. En canvi, pel desamor és diferent. Fisher sosté que, quan ens sentim rebutjats per algú, el cervell s'obstina a activar les mateixes hormones que amb l'enamorament per tornar a experimentar el benestar. Una part que també s'activa és el **nucli accumbens**, que fa un balanç de la relació. És quan assoten les típiques preguntes: "per què no ha funcionat?", "en què m'he equivocat?"...

Cal tenir present que l'enamorament comparteix característiques neurològiques amb els **trastorns d'addicció i de dependència**. També és cert que l'amor, en termes científics, s'acaba: el cap de neurobiologia de l'Institut Nacional de Psiquiatria Ramón de la Fuente, **Eduardo Calixto**, estableix que l'amor dura **tres anys**.

Això es deu al fet que, amb el pas del temps, els receptors de dopamina deixen de perdre sensibilitat. És un bon moment per preguntar-se **si realment era amor**. En cas que sí, prendrà protagonisme l'**oxitocina**, relacionada amb l'afecte. El que està clar és que, sigui com sigui, la relació amorosa canvia al cap de tres anys i comença una **fase més calmada** que, si no està basada en quelcom més que pulsio sexual i enamorament, està condemnada al fracàs.



[ficentrareport]