



“El amor es instinto”

Así lo asegura el reconocido escritor y divulgador científico español Eduardo Punset, autor del libro *El viaje al amor*, una obra que cuenta lo que la ciencia tiene que decir acerca del primero de los sentimientos. Dice también que la capacidad de amor se puede medir y aumenta con la edad.

El amor es generoso, el amor es altruista, es desprendimiento, es ciego, es romántico... Es lo que hace siglos dice la literatura cuando habla del más importante de nuestros sentimientos. Sin embargo, el amor también tiene su explicación en clave científica. “Para la ciencia, se trata de la primera manifestación del instinto de supervivencia, que conduce a los primeros organismos a buscar la fusión con otros. Surge por nuestra imposibilidad de abordar solos la regeneración celular, las agresiones del entorno, la extinción de las reservas energéticas. El amor es la razón de que la primera célula replicante hace tres mil quinientos millones de años suelte una sustancia química y pregunta si hay alguien más a su alrededor, aterrada de estar sola”, explica Eduardo Punset.

–Entender al amor desde la ciencia,

¿ayuda a aumentar nuestra capacidad de amar?

–Por supuesto. Primero porque la ciencia está diciendo que no hay nada más importante ni nada que le preceda. En segundo lugar, a la comunidad andante de células que somos le va –con el amor– su supervivencia. Y no sólo una cuestión de placer. Por último, el ser que se fusiona con otro lo hace para sobrevivir y aportar algo en contrapartida. Las tres cosas mejoran nuestra capacidad de amar.

–¿Cuáles son las fuentes del amor?

–La capacidad de amar del adulto se define en la negociación afectiva de la infancia. En promedio, de ella depende que se llegue o no a la mayoría de edad con indiferencia frente al entorno, con rechazo frente al resto o, como ocurre con los psicópatas, con ánimo de destruirlo.



Película *Elsa y Fred*

–¿Cómo se da la elección de la pareja? ¿Por qué preferimos una frente a otra?

–Como se ha comprobado con insectos y muchos mamíferos, la simplicidad y belleza características de la simetría delatan un metabolismo que funciona adecuadamente. Y a lo largo de la evolución, la salud acabó identificándose con la belleza y la seducción.

–¿Qué se entiende por “belleza” y qué papel juega en el amor?

–La belleza equivale a la ausencia de dolor, de la misma manera que la felicidad

equivale a la ausencia del miedo. Por supuesto que desempeña un papel importantísimo en la fase inicial del amor.

–¿Qué ocurre en la mente de una persona enamorada?

–Sus inhibidores latentes en el cerebro funcionan demasiado bien. Lo inhiben de cualquier otro estímulo exterior que no sea el del ser amado. No es el mejor momento para mantener la mente abierta al resto del mundo y ser creativo. Lo que ocurra en su mente depende del momento. Al iniciarse el amor, se produce una cierta resistencia a dejarse embaucar en un nuevo compromiso. En la etapa de fusión, no se piensa en otra cosa. Cuando llega el momento de definir los márgenes respectivos de libertad, el amor también se transforma.

–¿Hombres y mujeres viven diferente el amor? ¿Y el sexo?

–Hace unos setecientos millones de años se produce la diferenciación de las células germinales y, por lo tanto, de sexos. El resto de las diferencias son de origen evolutivo o tienen que ver con la libido, que en las mujeres es más mental que en los hombres. La supuesta mayor empatía femenina sería el resultado de

haber tenido que lidiar con el estado de ánimo de los niños en la cueva, en mayor medida que los hombres. Pero no tiene por qué continuar siendo así cuando cambien las circunstancias.

–¿Cuál es la razón de ser de la reproducción sexual?

–La selección natural permitió afrontar el gran desafío de un desequilibrio entre recursos disponibles y demanda (los primeros eran netamente inferiores). En cuanto al ser humano, el sistema de reproducción sexual implicaba determinadas desventajas con relación a la clonación –hacían falta dos organismos para

“Cuando la mente se siente excitada por un estímulo exterior, hurga

crear uno solo–, pero garantizaron una mayor diversidad cromosómica y, por lo tanto, un índice mayor de perpetuación frente a las amenazas del entorno.

–El amor y la felicidad aumentan con los años. ¿Cómo se explica?

–Tiene que ver con el proceso de percepción. Cuando la mente se siente excitada por un estímulo exterior, hurga en la memoria para contextualizarlo y comparar. Con la edad, ese archivo aumenta, así como el número de ocasiones en el que la sensación inicial de placer se transforma en una emoción de amor.

–Muchas veces se dice “entre nosotros hay química”. ¿Tiene alguna validez esta frase?

–Claro. Cuando el nivel de fluctuaciones asimétricas –que tiene que ver con la belleza– delata el buen funcionamiento del metabolismo de una persona se produce el flechazo, que prepara el camino para la fusión de los dos organismos.

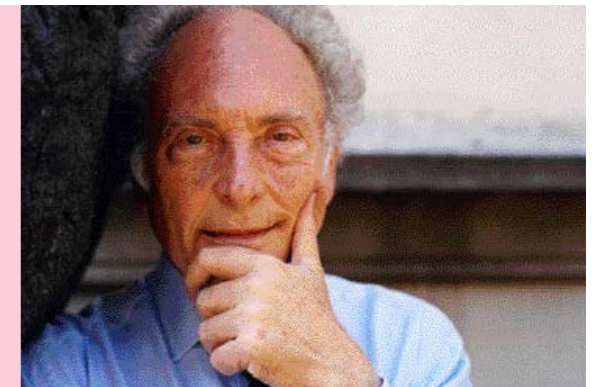
–¿Cuál es la antítesis del amor?

–Sin lugar a dudas, el desprecio. Si hay desprecio en una pareja –por mínimo que sea–, es mejor olvidarse. No puede haber amor.

–¿Por qué duele tanto un desamor?

SOBRE EL AUTOR.

Eduardo Punset, barcelonés, es abogado, economista y profesor de Ciencia, Tecnología y Sociedad. Trabajó como periodista económico para la BBC, director económico de la edición para América Latina del semanario *The Economist* y economista del Fondo Monetario Internacional. Ha sido asesor de importantes organismos nacionales e internacionales. Es autor de diversos libros sobre análisis económico y reflexión social. Desde hace once años dirige en la Televisión Española el programa *Redes*, un referente de la comprensión pública de la ciencia. En 2006, recibió el premio Rey Jaime I de divulgación científica.




–Es una cuestión de supervivencia. Pero, además, somos incapaces de imaginarnos en otra condición o estado emocional. Fisiológicamente no podemos concebir una situación en la que el amor haya terminado.

–¿Qué determina que unas personas amen más que otras?

–Hoy sabemos que tiene que ver con la

etapa del apego afectivo y maternal. Durante la vida del feto y sus cinco primeros años de vida en el exterior se decide, en promedio, su capacidad de amar. Así estamos descubriendo la importancia de los bebés a los que se había desconsiderado tremendamente.

–Finalmente, ¿es posible medir nuestra capacidad de amar?

–Sí. Lo hemos hecho a través de fórmulas y encuestas académicas. Toda la psicología positiva y cognitiva ha preparado el terreno. Uno de los mejores estudios lo ha patrocinado una empresa de gaseosas, en el que he participado junto con otros muchos expertos. (Ver recuadro) 

LA FORMULA DEL AMOR

Nuestra capacidad de amar depende de distintas variables y resulta de la siguiente fórmula: AMOR = (a+i+x)K. Allí a se refiere al apego afectivo; i a la inversión parental, x a la sexualidad y resistencia metabólica y K al entorno institucional. Para determinar su valor en cada una de las variables, el test completo aparece en la página www.elviajealamor.com/test.php.

