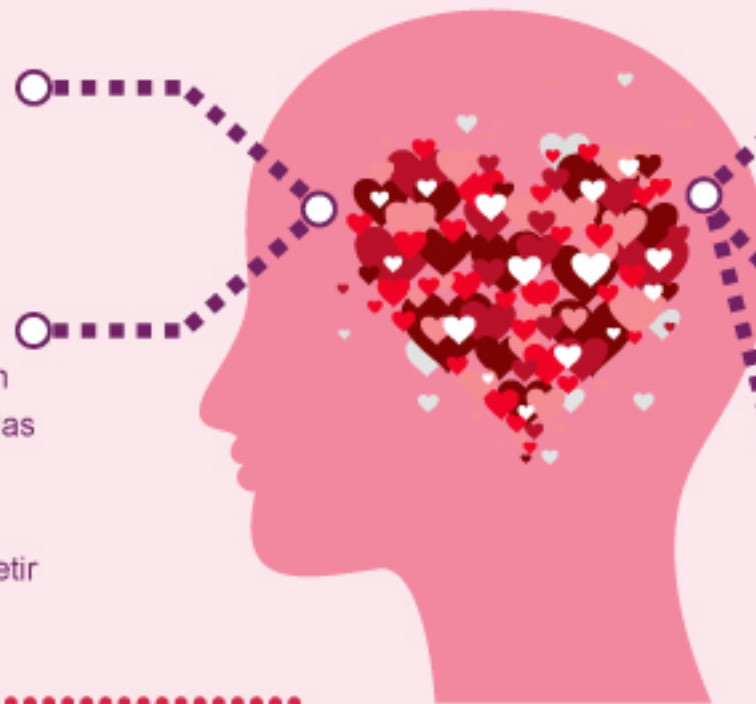


# ♥ ENAMORAMIENTO ♥



Pese a la creencia romántica de que el **enamoramamiento** ocurre en el **corazón**, en realidad es consecuencia de **reacciones químicas cerebrales**:

1. Gracias a diferentes estímulos visuales, olfativos y/o sonoros, el cerebro secreta **feniletilamina**, sustancia que genera semiinconsciencia comúnmente conocida como "**flechazo**".
2. Pasado el aturdimiento, secreta **dopamina** y **norepinefrina**, neurotransmisores que ocasionan sudoración, ligero aumento de temperatura y de las frecuencias cardíaca y respiratoria, así como contracción estomacal e intestinal. La **dopamina** produce placer, euforia y genera el deseo de repetir la experiencia.



3. Cuando el primer encuentro acaba, calmantes naturales como endorfinas y encefalinas ocasionan gozo y alegría. El cerebro produce **oxitocina**, hormona que genera necesidad de contacto directo con el ser amado.
4. Estas sensaciones se incrementan cuando la pareja experimenta otros intercambios químicos a través de los besos.
5. Finalmente, el cerebro aumenta la producción de **testostorena** en hombres y mujeres, lo que predispone a los amantes a las relaciones sexuales<sup>1</sup>.

## BENEFICIOS DEL AMOR EN LA SALUD

- Reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- Fortalece al sistema inmunitario y ayuda a controlar el dolor.
- Ayuda a dormir mejor.
- Mejora el estado anímico reduciendo la depresión, estrés y ansiedad.
- Aumenta la expectativa de vida<sup>2</sup>.

## ¿El amor se acaba?

En aproximadamente tres años, los receptores de **dopamina** pierden sensibilidad y dejan de responder al estímulo inicial del **enamoramamiento**. Si una pareja no logra construir un vínculo mayor, lo más probable es que la relación termine<sup>3</sup>.

### Referencias:

1. Revista Digital Universitaria (UNAM). *La fórmula química de cupido*. Vol. 9, No. 11. Publicado el 10 de noviembre de 2008. Disponible en: <http://www.revista.unam.mx/vol.9/num11/art90/int90.htm>
2. Schocker, Laura. *This Is Your Body On Love*. The Huffington Post. Publicado el 14 de febrero de 2014. Disponible en: [http://www.huffingtonpost.com/2014/02/14/this-is-your-body-on-love\\_n\\_4780934.html](http://www.huffingtonpost.com/2014/02/14/this-is-your-body-on-love_n_4780934.html)
3. National Geographic en Español. *Neurociencia del amor*. Publicado el 14 de febrero de 2013. Disponible en: <http://www.ngenespanol.com/560385/>