

## La dopamina: el cóctel del amor<sup>1</sup>

**Palabras clave:** Bioquímica, dopamina, amor, ciencia y cerebro.

La expresión del amor nace en el cerebro mediante un proceso químico. Todos hemos pasado por una etapa de amor a lo largo de nuestra vida. Aquel que se ha enamorado alguna vez, sabe que el amor trae consigo sentimientos intensos y sensaciones extrañas que cambian la química en nuestro cerebro temporalmente e idealizan a la persona dejando de lado sus defectos hasta el punto de la estabilización. Al estar enamorados, el cerebro produce un tipo de “droga” a partir de las emociones y libera sustancias químicas generando distintas reacciones que conducen a un amor narcótico.

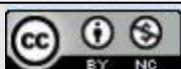
No obstante, en términos científicos, ¿qué es el amor? El amor es una secuencia de reacciones fisiológicas generadas a partir de neurotransmisores, incitaciones químicas y percepciones olfativas. Estudios bioquímicos han demostrado que el sentimiento inicial de amor está mediado por altas concentraciones de dopamina, considerada como el neurotransmisor fundamental en el sistema nervioso central (Mora, 2018). Por ende, el amor es un concepto amplio que varía según el criterio de la persona, sin embargo, se tiene una analogía en la que se concreta el amor como un sentimiento de afecto originado en el cerebro, a partir de sustancias químicas, que producen felicidad al establecer un fuerte vínculo emocional.

En efecto, el amor también puede examinarse mediante la ciencia, por lo que actualmente la neurociencia ha realizado descubrimientos sugestivos y sorprendentes sobre la experiencia del amor y cómo el cerebro es capaz de hacernos sentir euforia en tan poco tiempo:

El cerebro, con sus cientos de miles de millones de neuronas, es el semillero de la lujuria y el amor, los procesos que nos hacen amar surgen en el cerebro. Sin embargo, neurocientíficos, antropólogos, sexólogos y psicólogos coinciden en que el amor es una experiencia espiritual absoluta (Guerrero, 2012, p.114).

Como mencioné anteriormente, el amor es universal, no se puede limitar el amor a un único concepto, puesto que a lo largo de la historia se han planteado

<sup>1</sup> Documento elaborado en el curso Competencias Idiomáticas Básicas a cargo de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas de la Universidad de la Sabana, Chía-Cundinamarca, Colombia.



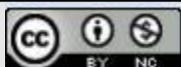
distintos criterios en los cuales varían el alma, la emoción, el sentimiento y el espíritu, pertenecientes del cerebro, el corazón e incluso del estómago. No obstante, es claro que, al pensar en reducir nuestros sentimientos a la química del amor, toda la magia, inspiración, pasión, ternura y emoción desaparecen, las famosas mariposas en el estómago, los fuertes latidos del corazón, los pensamientos elevados persistentes y el tan anhelado *click*, simplemente se transforman en una reacción o proceso químico, que tiene su enfoque más científico que espiritual o emocional.

Pero, ¿Cómo se genera el amor? Al respecto, Pinzón (2001) plantea el proceso en tres etapas: “etapa de atracción inicial, de enamoramiento y de estabilización o rompimiento de la relación, que, una vez sucedida la atracción inicial, se genera una producción adicional de varias hormonas y neurotransmisores a partir de la estimulación visual y olfativa” (p.3). De acuerdo con esto, el amor narcótico, el sentido auditivo, táctil y gustativo cumplen una labor importante en el fenómeno de la seducción, el amor y el sexo, con el fin de alcanzar una relación estable, perdiendo el temor al rechazo y propiciando el acercamiento y crecimiento como pareja, el cual pasa a ser un amor adictivo. De hecho:

La mezcla de neurotransmisores estalla en nuestro cerebro, provocando inicialmente una gran sensación de euforia, conocida como enamoramiento, para lo cual necesitamos constantemente el contacto físico con quienes amamos. Posteriormente, esta emoción inicial se desvanece, dando paso a una nueva etapa de conexión afectiva (Punset, 2010, p.192).

Cuando estás enamorado, puedes estar muy feliz y muy triste al mismo tiempo. Generalmente, se acepta que hay tres etapas para enamorarse: lujuria, atracción romántica y apego. La lujuria es un deseo sexual por otra persona y la atracción romántica ocurre cuando empezamos a tener sentimientos por otra persona. El apego es cuando comenzamos a sentirnos más conectados emocionalmente con otra persona y queremos pasar más tiempo con ella. El amor es una emoción poderosa y el sentimiento de estar enamorado puede ser abrumador. Puede hacer que las personas hagan cosas que nunca pensaron que harían antes.

Por tal razón, el amor es el sentimiento que muchos anhelan tener, amar es creer, es sentir, es demostrar y desde un punto de vista bioquímico, el amor involucra una serie de impulsos eléctricos que nos hacen sentir nuestras emociones más fuertes. El amor nace de la atracción inicial, ese amor a primera vista que se origina



a partir de una mezcla de diferentes moléculas que alteran la química en nuestro cerebro, y puede determinarse como “El cóctel del amor” (Pinzón, 2001, p.4), el cual explica el comportamiento de las personas enamoradas.

Para concluir, el amor no es solo un sentimiento. Es una reacción bioquímica que tiene lugar en el cerebro y puede desencadenarse por muchos factores diferentes. La bioquímica del amor es un proceso complicado, pero también es una de las cosas más importantes en nuestras vidas. Se ha demostrado que la bioquímica desempeña un papel fundamental en la forma en que percibimos y reaccionamos ante diferentes personas y situaciones.

La bioquímica del amor es un término que se ha acuñado para describir el estudio científico del amor. El estudio de este tema se ha hecho de dos formas: primero, observando los patrones cerebrales de las personas que se han enamorado recientemente y, segundo, observando las hormonas que se liberan durante este tiempo. Es así como se explica que, de una mirada profunda, parta una experiencia amorosa.



**Gabriela Bocanegra Velandia**

Ingeniería de Bioproducción

Correo: gabrielabove@unisabana.edu.co

## Referencias

- Guerrero, P. (2012). Bioquímica del amor. *Ciencia-UANL*, 15(57), 114-120.  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=3835412>
- Mora, J. (2018). Amor: ¿Bioquímica o sentimiento? *Revista Ciencia y salud Integrando Conocimientos*, 2(2), Pág. 10–11.  
<https://doi.org/10.34192/cienciaysalud.v2i2.44>
- Pinzón, V. (2001). La bioquímica del amor. *Noticias Químicas*.  
[https://bibliotecas.unileon.es/tULEctura/files/2019/02/bioquimica\\_amor\\_vilma\\_pinzon\\_fajardo.pdf](https://bibliotecas.unileon.es/tULEctura/files/2019/02/bioquimica_amor_vilma_pinzon_fajardo.pdf)
- Punset, E. (2010). Por qué somos como somos. Aguilar.  
<http://www.librosmaravillosos.com/porquesomoscomosomos/index.html#capitulo10>

