



GRUPO RADIODIFUSORAS CAPITAL

Radio en Línea

Artículo

JUEVES 28 DE ABRIL DE 2011

0 COMENTARIOS



¿Con tu cerebro o con el mio?

Tras una discusión en pareja, lejos de llegar a soluciones óptimas del problema que enfrentan sin importar qué lo haya provocado, éste parece crecer aún más, mientras se condimenta con un 'detallito' más: ella termina ofendida porque él no la entiende y minimiza sus puntos de vista; su pareja en tanto, sigue sin entender a qué se debe tanta intensidad, si después de todo, el conflicto no merecía más atención.

Indiferencia o exceso de emociones podría resultar a primer bote el diagnóstico para esta escena. Sin embargo, su origen va mucho más allá de un malentendido o de falta de paciencia, porque involucra funciones cerebrales, que en hombres y en mujeres son completamente distintas. La buena noticia es que no por ello estamos condenados a no llegar a acuerdos y vivir presos de una comunicación en declive.

Si pudiéramos ver como en las películas, lo que pasa en el interior de nuestro organismo cuando participamos en un pleito con la pareja, podríamos ver las imágenes que revela la doctora Marianne J. Legato, en su libro Por qué los hombres nunca recuerdan y las mujeres nunca olvidan, Editorial Books4pocket: "En primer lugar, aumenta la actividad en la amígdala la parte del cerebro que controla las emociones. En cambio, la actividad en la corteza frontal, la parte responsable del razonamiento y la resolución de problemas disminuye. Por eso nos cuesta tanto mantener presente nuestro objetivo y razonar con coherencia, ya que estamos hablando con el corazón y no con la cabeza".



GOBIERNO FEDERAL

SRA



Vivir Mejor

Acércate a la SRA para resolverlo y juntos construir un México más fuerte

www.sra.gob.mx

Y para adicionar, vale decir que debido a que el cerebro de la mujer tiene 11% más de neuronas en la zona de la amígdala, que también se encarga de la memoria, ellas pueden recordar detalladamente las discusiones anteriores, lo que le pone, como se dice popularmente, 'más sabor al caldo' pues no dudarán en revivir episodios pasados.

Lo mejor de los dos

Como una cadena, una cosa lleva a la otra: la mujer se enfurece aún más, el cerebro por su parte libera hormonas en la sangre y es aquí donde aparecen de nuevo las diferencias: ellos no entienden lo que le pasa a su pareja porque en su caso, el flujo de hormonas se ha normalizado, lo que no ocurre con ellas que tardan mucho más en estabilizarse, ¿el resultado? Las mujeres pueden retomar el problema aún cuando en apariencia haya quedado resuelto, mientras que para los varones ya no hay delito que perseguir.

Aunque estas reacciones tienen un origen orgánico, no significa que el cambio es imposible. Como explica el doctor Óscar Galicia, jefe del área de Procesos Básicos del Laboratorio de Neurociencias de la Universidad Iberoamericana, "una de las riquezas del cerebro es su capacidad para aprender toda la vida y es así como podemos adaptar nuevas estrategias para mejorar la comunicación, prever situaciones y buscar respuestas adecuadas, antes de que estemos inmersos en el problema".

No tenemos por qué cargar eternamente con el mito de que nuestras diferencias son irreconciliables. Entender que cerebralmente funcionamos distintos, es la llave que nos abre la puerta a la armonía, porque entonces la próxima vez que estemos frente a un desacuerdo tendremos claro que no es que él sea indiferente a nuestra molestia, ni que ella goza al resucitar conflictos anteriores. Con certeza y sin afán de ofender, tendremos claro que son las hormonas y la estructura cerebral las que se han puesto de manifiesto.

Para saber más

Por qué los hombres nunca recuerdan

y las mujeres nunca olvidan

Dra. Marianne J. Legato

Editorial Books4pocket

Para ver

Viviendo con mi ex

Dirige Peyton Reed

Estados Unidos, 2006

HYPERLINK "<http://www.sermexico.org.mx>" www.sermexico.org.mx

Bojorge@teleton.org.mx