



## Neurobiología del apego humano

Desde el budismo tradicional hasta los contemporáneos seguidores del maestro Yoda, han afirmado que el origen del sufrimiento humano radica en su infinita tendencia y capacidad para establecer fuertes, y en ocasiones irrompibles, vínculos emocionales con otros seres humanos (o no humanos, incluso). La psicología evolutiva ha estudiado desde hace mucho tiempo el fenómeno, el cuál ha sido rastreado hasta hace 300 millones de años, cuando aparecieron los primeros mamíferos placentarios.

En la década de 1960, Konrad Lorenz en su libro *On Agression* proponía que la agresividad es el instinto primario de las especies en su lucha por sobrevivir, y explica cómo éstas tuvieron que desarrollar mecanismos “apaciguadores” para evitar la agresión intraespecie y la extinción. Estos se dan en la interacción social entre los individuos en circunstancias críticas, por ejemplo, durante la reproducción y la actividad sexual, donde el macho tiene que apaciguar la natural agresividad de la hembra por medio de complicados rituales.

Los primeros humanos del paleolítico tuvieron como principales depredadores a grandes mamíferos y reptiles, y sus grandes amenazas fueron los cambios climáticos. Al final de ese periodo e inicio del neolítico (30 000 años a la fecha), el ser humano tuvo que enfrentar un nuevo y más temible depredador: a sus semejantes. Se estima que en aquellas épocas 80 por ciento de los individuos morían a manos de sus pares, en sangrientas luchas tribales. Así, cierto tipo de conductas socialmente valiosas fueron seleccionadas evolutivamente; aquellos individuos capaces de respetar la vida de sus congéneres a través conductas negociadoras, apaciguadoras, que hoy llamaríamos de apego, mostraron mayor capacidad reproductiva. En este sentido, valoró que esta conducta se ligara a ciertos estados emocionales conscientes que llevaran al coito, y que con el tiempo devinieran en eso que se llama amor.

El amor es un complejo entramado de emociones y conductas que tienen varias consecuencias: la reproducción, en primer lugar, pero

también el cuidado de otra persona en condiciones de vulnerabilidad (particularmente niños y mujeres), así como la creación de agrupaciones emocionalmente significativas que dan coherencia social (familias). Se entiende entonces el valor evolutivo que han tenido para los seres humanos las conductas amorosas.

Bien se dice que el estrés en el ser humano se origina principalmente en el rechazo del grupo al individuo, en la falta de adaptación a los códigos sociales establecidos, en el sentimiento de aislamiento y desprotección que brinda la pertenencia a un grupo social. Todo parece indicar que el ser humano arriba al mundo con un equipo completo que le permite llevar a cabo contactos sociales desde temprana edad. Este equipo cuenta con decodificadores avanzados que permiten al individuo realizar una lectura constante y válida de la situación emocional que le rodea, especialmente del estado emocional de los extraños a su alrededor.

El reconocimiento de las emociones ajenas a través de la expresión facial ha sido un mecanismo de alta precisión psicobiológica que hemos desarrollado. Muchos de los trastornos que ahora se denominan psiquiátricos, derivan de alteraciones en la modulación de estos sistemas de reconocimiento. Para algunos, muchos de estos trastornos se deben a que el tiempo no nos alcanzó para prepararnos neurobiológicamente para las dimensiones que ha adquirido la actual agresión intraespecie de los seres humanos, cuya crueldad y magnitud ha adquirido dimensiones sin precedentes en la historia.

De aquí la importancia que ha adquirido recientemente la investigación sobre los mecanismos de procesamiento de información social (cognición social), que involucran sistemas funcionales/estructurales (como el relacionado con la amígdala y la corteza orbitofrontal), con sistemas bioquímico/celulares (como el relacionado con la producción de oxitocina), para explicar algunos de nuestros padecimientos emocionales, pero más allá de eso, entender los porqués de nuestra humanidad. **UP**