

Búsqueda del placer

El control racional es siempre más débil que el deseo, por eso suele perder la pulseada. En la búsqueda del placer, la dopamina desempeña un papel clave, y es riesgosa tanto su disminución como su exceso.

“La evolución nos ha cableado el cerebro para sentir placer con una gran variedad de experiencias”, afirma D. L. Linden, profesor de Neurociencias de la Escuela Universitaria de Medicina John Hopkins y editor jefe del Journal of Neurophysiology.

Muchas cosas son fuentes de placer para los seres humanos: comer, mantener relaciones sexuales, bailar, realizar compras, jugar, reunirse con amigos, tomar un buen vino, escuchar música, aprender, trabajar, meditar, etc.

Aunque los animales, al igual que el humano, disponen de un centro del placer, en nosotros este resulta más complejo por su interconexión con otras zonas del cerebro que están comprometidas con la toma de decisiones, la memoria y las emociones. Este entramado le otorga conflictividad al ser humano, ya que a veces desea algo que le da placer aunque por otro lado su raciocinio le advierte que puede resultarle dañino.

El psicoanálisis plantea una lucha entre el sentido del placer y el sentido del deber. La



neurociencia lo explica por la vinculación entre las regiones corticales (sede razonamiento) y el sistema límbico (instintivo y sin represiones).

“El placer es una brújula que nos guía”, dice Linden. Y en esa búsqueda la dopamina desempeña un papel

fundamental ya que se libera en el sistema límbico, anticipando cuáles serán las situaciones o elementos que van a generar placer como el ansiado premio.

A su vez, la dopamina origina una sucesión de otros cambios químicos cerebrales al disparar otras sustancias, especialmente endorfinas y endocannabinoides, que al final brindarán la sensación del placer buscado.

Por Norberto Abdala

Doctor en medicina

Psiquiatra docente universitario

Existen básicamente tres situaciones de orden natural que activan el centro del placer humano ya desde hace millones de años: **la comida, el sexo y los vínculos con los otros**. Con la evolución, el desarrollo se fue sofisticando al permitir que una larga serie de elementos se han agregado a esa primitiva lista, de manera tal que cada ser humano pueda tener sus preferenciales actividades placenteras. Así, uno jugará en las máquinas tragamonedas mientras que el vecino disfrutará escuchando a Vivaldi. **El centro del placer tiene riegos: al ser estimulado demanda y exigen que se lo continúe haciendo, caso contrario amenaza con sensaciones de malestar**. El control racional es siempre más débil que el deseo y con frecuencia pierde la pulseada. Por eso, a pesar de saber que fumar o beber en exceso hace mal, algunos no lo pueden controlar aunque sean plenamente conscientes de los perjuicios que pueden obtener.

El centro del placer tiene riegos: al ser estimulado demanda y exigen que se lo continúe haciendo, caso contrario amenaza con sensaciones de malestar.
