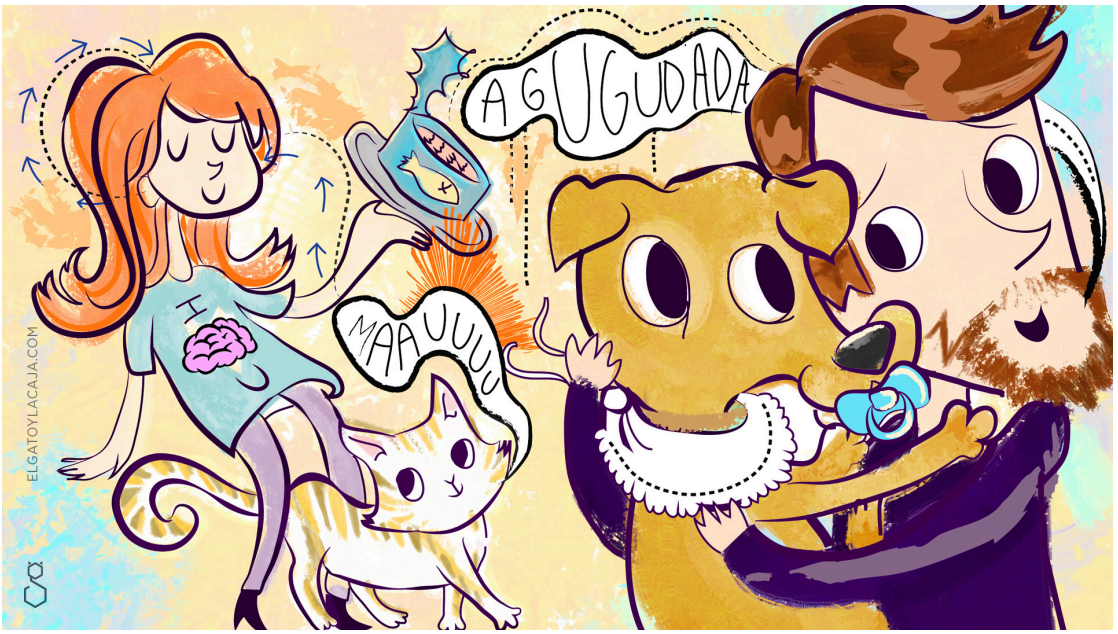

09/11/2015

Amores Perros

TXT MARÍA ALEJANDRA PETINO ZAPPALA
IMG ANTONELLA BUONGARZONI

¿Por qué nos hace tan bien acariciar al perro?

Dicen que **el perro es el mejor amigo del hombre**. Un amigo que no te deja con uno de menos cuando vas a jugar al fulbo (aunque tampoco es que va a ser un buen 5), que no saldría con tu ex (aún cuando suele comer lo que te sobra) y que nunca pero nunca se pondría el mismo vestido que vos para ir a bailar (salvo que sea un ovejero grande y le entre). Punto para el perro (o no).

Nuestra relación con los ladríferos se puso más celebrada por la ciencia hace poco, cuando un estudio reciente (que fue publicado en Science, trancu), 'descubrió' que **la relación humano-perro tiene mucho de similar con los vínculos sociales y familiares que se dan entre humanos.**

En realidad, esto para muchos no será una gran novedad, y para otros será simplemente una justificación más para profundizar ese temita casi patológico de tratar al perro como persona. Poco novedoso resulta esto para ellos, pero es difícil que hayan leído el paper con todo el trabajo que les da estarle atrás a su bebé, su chiquito, su amor, a ver, dame la patita, no te vas a ir nunca, ¿no? **¿Sabés que mamá te quiere y que cuando muera nos van a enterrar juntos como a los faraones?**

Menos novedoso aún les resultará a otros investigadores que ya habían publicado conclusiones similares en revistas de menor renombre y que por lo tanto no vieron sus resultados tan difundidos. Suele pasar. La ciencia es así, muchaches.

Primero, para entender de qué se trata este descubrimiento, deberíamos hablar de la oxitocina, **una maravillosa molécula endógena** (o sea, producida por nosotros mismos), parte del mecanismo que nos permite formar amistades, pareja, familia, y consecuentemente, volver a perder algunas de dichas amistades.

Esta molécula tan amada como odiada **es liberada cada vez que realizamos actividades sociales**, y en mucho mayor medida **cuando besamos, tenemos un orgasmo, al momento de parir y amamantando** (en situación ideal, las 4 por separado). Sería en parte gracias a este conveniente químico que pasamos del enamoramiento al 'amor a largo plazo', o que logramos no abandonar a nuestros hijos cada vez que lloran (qué linda es la biología, ¿no?).

Amamantar, por ejemplo, duplica la concentración de esta hormona en la sangre materna y, eventualmente, en el lactante (que suponemos un bebé, no un padre entusiasta, que también tiene oxitocina elevada, pero espero que por vía endógena porque me da medio cosita).

La oxitocina **también es liberada en situaciones sociales causando un aumento más moderado**, de entre el 10 y el 50%. Cuando estas interacciones son entre desconocidos, el nivel de aumento parece depender de lo atractivas (o no) que nos parezcan las personas con las que estamos interactuando. Por otro lado, esta hormona **es importante en el establecimiento de vínculos más 'solidarios'** con otros seres humanos. Existen varios estudios que relacionan los niveles de oxitocina con nuestra capacidad de sentir **confianza, generosidad,** empatía y

demás: cuando recibimos una dosis externa de oxitocina, tendemos a confiar más en otra persona y comprendemos mejor sus expresiones faciales. Pero ojo, no se preocupen. La oxitocina no nos debería hacer más susceptibles a caer en el famoso cuento del tío, ya que también tiene su rol en el rechazo a situaciones sociales potencialmente peligrosas, reforzando una especie de 'memoria social aversiva' en ciertos contextos. **No sea cosa de terminar siendo unos buenudos o, peor, de asumir que una molécula parte de una orquesta compleja de señales hace solamente UNA COSITA.**

Es importante recalcar que **en otras especies mamíferas la oxitocina también existe** y tiene papeles similares. Mayormente, fortaleciendo el apego (o sea, evitando que los padres recientes tiren por ahí a sus crías recién nacidas), pero en animales no particularmente gregarios, como los gatos, también tiene un rol importante en el desarrollo de las relaciones 'sociales' o 'amistosas'.

Lo interesante es que la oxitocina también termina teniendo un rol en las relaciones **interespecíficas**. O sea, en parte, está detrás del 'amor' por nuestras mascotas o por los animales en general (en un sentido estrictamente amistoso, por favor. En cuanto a otra clase de relación, creo que no hay estudios. Digamos que es difícil buscar algo así sin caer en páginas de dudoso gusto. Lo intenté. No quiero volver a hablar del tema).

Ya hace más de un año, un estudio demostró que **cuando pasamos un rato acariciando a un perro o gato desconocido, nuestros niveles de oxitocina tienden a subir** (aunque esta relación depende de nuestra historia previa: el aumento en los niveles de oxitocina parece ser consistente sólo en las personas que han tenido bichos previamente).

Aún más interesante resulta la segunda parte de este estudio: **se midieron los niveles de oxitocina en un perro y una cabra que habitualmente jugaban juntos**. Las conclusiones: el perro sentía amistad por la cabra (sus niveles de oxitocina aumentaban un 48%), mientras que la cabra, con un asombroso 210% de aumento en sus niveles de oxitocina, aparentemente estaba enamorada del perro, estableciendo el primer registro de cabra friendzoneada de la historia.

‘Turbio’, pensaría uno. ¿Pero quién es uno para condenar el amor entre un cánido y un caprino? <3<3<3 #LoveWins #CabraWins #FlawlessVictory

En otra ocasión, se midieron los aumentos de oxitocina en personas y sus propios perros antes y después de interactuar. Como era esperable, **los niveles de oxitocina en ambos aumentaron, generalmente en forma paralela** (qué lindo cuando el amorrrrrr es mutuo, aunque ‘amor’ requiera comillas). Lo que es aún más interesante es que **el aumento fue mayor cuanto más se miraban a los ojos un perro y su dueño**, y más si hacían un cachito de trampa. En las hembras caninas, una aplicación de oxitocina por parte de los investigadores generó una mayor duración de las miradas, lo cual a su vez elevó el nivel de oxitocina en ambos participantes (en machos no sucedió lo mismo, como era esperable, ya que se sabe que las hembras reaccionan más rápida e intensamente a la oxitocina; esto es razonable por el papel de la hormona en el parto y la lactancia).

Dado que los perros normalmente no utilizan las miradas entre ellos como un mecanismo de ‘conexión fraternal’, esto llevó a los investigadores a suponer que los perros aprovechan este mecanismo de socialización humano. Maquiavélicos, los pichichos.

Pero hay casos peores: **los felinos modulan las frecuencias de sus vocalizaciones** para lograr que les demos comida cuando tienen hambre. Esta clase de maullidos resulta similar al llanto de un bebé, **bastante difícil de ignorar por los humanos**. Y adivinen quién está detrás de nuestra desesperación ante un llanto infantil. Empieza con ‘O’ y termina con ‘xitocina’.

Con estos datos, cabe volver atrás y de verdad preguntarnos si están tan locos esos seres que tratan a sus mascotas cual si fueran sus hijos; los visten, los pasean en cochecitos o les ponen ropita y los sientan a la mesa para encarar largas conversaciones donde genuinamente esperan una participación activa de la mascota.

Por último, feliz y no por eso menos importante, esto explicaría parcialmente el éxito de las **mascotas como parte de una terapia**. Se sabe que la oxitocina puede tener un efecto modulador de la ansiedad y el **estrés**, por lo cual una sesión de mimos mascoteriles puede ser una gran ayuda.

Meg Daley Olmert, una investigadora que escribió un libro sobre el tema, incluso llegó a calcular un 'número óptimo de caricias a la mascota' para la reducción del estrés: 40 por minuto (c*orte a todos ustedes yendo a buscar a su mascota con un cronómetro)*. Dejando un poco de lado el fanatismo científico por ponerle números y medidas óptimas a cualquier cosa, casi todo mascotero estará de acuerdo con que la relación mascota-humano es satisfactoria en muchos aspectos.

Ahora, en caso de que no tengan mascota pero deseen disminuir su ansiedad, pueden buscar en esta nota otras formas mencionadas de aumentar sus niveles de oxitocina y ponerlas a prueba (aunque, por favor, les pedimos que no sea con una cabra).

No nos olvidemos que **más de un subidón de oxitocina empezó paseando al perro** y terminó paseando al individuo que se acercó a acariciar al perro. Será cuestión de hacer el experimento, así que, Palta, dejá de morder la esquina del sillón y preparate que salimos para la plaza. Todo sea en nombre de la ciencia.

Referencias

http://www.nature.com/nature/journal/v435/n7042/abs/nature03701.html

https://bfmed.wordpress.com/2013/05/30/breastfeeding-and-depression-its-complicated/

http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0018506X09000853

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3930442/

http://www.theatlantic.com/health/archive/2014/04/does-your-dog-or-cat-actually-love-you/360784/

http://www.sciencemag.org/content/348/6232/333

http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0006322311001399

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3758455

elgatoylacaja.com/amores-perros

Sumate en
eglc.ar/bancar