

TERCER MILENIO #483
MARTES 27 MAY 2008
HERALDO DE ARAGON

MILENIO 3

LOS RIESGOS DEL PLACER

Sustitutivos Al desconectar un placer de su significado original, este último se desvirtúa, lo que conlleva ciertos riesgos. El sabor dulce es uno de nuestros favoritos y en la naturaleza lo encontramos asociado a las frutas. El placer que produce este sabor nos hacía antes consumir fruta y tener así una dieta saludable. Hoy en día, hemos desvinculado dulzor y frutas. En cambio, consumimos dulces que tienen este sabor más acusado, exponiéndonos a la gordura y a una dieta descompensada.

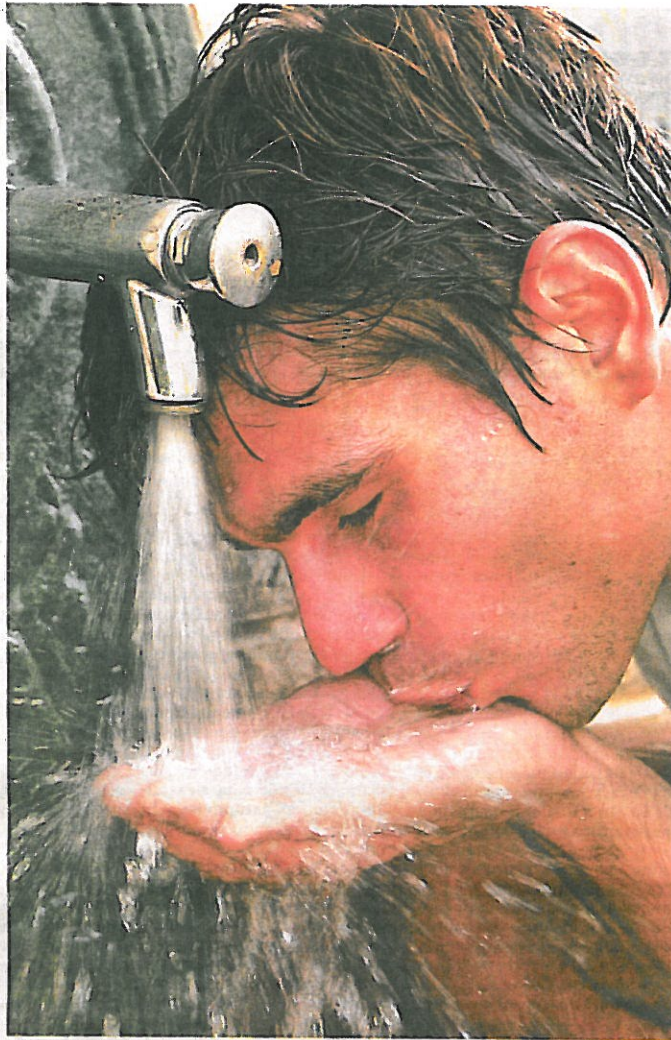
Asimismo, la facilidad para llegar al placer puede degenerar en adicciones y, así, el gusto por ganar llevamos a la ludopatía. Las drogas son un paso más allá: simulan las endorfinas, los neurotransmisores que incentivan la sensación de placer.

> ¿POR QUÉ SENTIMOS PLACER? El placer es la forma que tiene la Naturaleza de indicar a los animales que algo es conveniente para ellos. Pero los seres con una conducta muy rígida, muy predeterminada genéticamente, como algunos insectos, no necesitan que el placer les indique qué es lo conveniente, pues les es del todo imposible actuar de otra forma. La capacidad de sentir placer indica cierta forma de libre albedrío.

¿QUÉ NOS PRODUCE MÁS PLACER? Satisfacer las necesidades básicas. Nada da más placer que un vaso de agua fría cuando uno está deshidratado, una buena siesta cuando se está cansado o un pincho de tortilla cuando se está hambriento. La gastronomía es sin duda una de las principales fuentes de placer, pero precisa del requisito previo de tener hambre. Si uno está saciado, verse obligado a comer una delicia puede ser un suplicio. Capítulo aparte merece el sexo, que no satisface una necesidad básica del organismo (se puede vivir sin sexo) sino de la especie. En el caso del ser humano tiene, además, una importante función de cohesión de la pareja, lo que hace que posiblemente seamos la especie que más disfruta con el sexo.

¿POR QUÉ NOS GUSTAN LAS HISTORIAS? La única forma de perpetuar el conocimiento para las tribus prehistóricas era a través de historias, contadas habitualmente por los más ancianos. La tradición hablada del conocimiento adquirido, de técnicas de caza, hábitos y normas sociales, tallado de piedra, alimentos venenosos..., suponía una enorme ventaja de cara a la supervivencia del grupo. Los colectivos que disfrutaran oyendo historias tendrían más ventajas que los que no disfrutarían de esta actividad y serían seleccionados para su supervivencia. Dado que nosotros descendemos de los que sobrevivieron, conservamos este gusto por escuchar historias, llevado hoy en día a su máxima expresión en forma de novelas, teatro o cine.

¿DE DÓNDE NOS VIENE LA AFICIÓN POR QUITAR GRANOS? Y quien diga que no, miente. Se trata de un rito de cohesión que compartimos con la mayoría de primates, que en nuestro caso se realiza principalmente con la pareja: el acicalamiento social. En numerosos documentales habrá visto cómo los simios se quitan mutuamente las pulgas del pelaje. Es una actividad que ocupa gran tiempo de su tiempo y que realizan aunque estén limpios. Esta acción, además de ser útil por sí misma (quita parásitos del pelaje), tiene una fuerte componente de cohesión social y contribuye a formar relaciones. Cuando nuestros antepa-



Beber es un placer y una necesidad cuando estamos deshidratados. JUAN CARLOS ARCÓS

EL PLACER DE LA EVOLUCIÓN >GUSTOS HEREDADOS POR NUESTRO BIEN

EL PLACER PUEDE PROVENIR DE FUENTES MUY DIVERSAS. PODEMOS HABLAR DE PLACERES BÁSICOS, ESTÉTICOS, INTELECTUALES... ADEMÁS DE SER UNO DE LOS ELEMENTOS PRIMORDIALES DE LA FELICIDAD, DE ALGÚN MODO RESULTARON ÚTILES PARA NUESTRA SUPERVIVENCIA EN LA FRÍA SABANA. HOY, EL ACTUAL HOMO TECHNOLOGICUS LOS HA HEREDADO.

sados perdieron el pelaje, dejó de tener sentido quitarnos pulgas del cuerpo y tomaron el relevo los granos que, debido a nuestro débil vello corporal, comenzaron a ser frecuentes.

LO IMPORTANTE ES PARTICIPAR... PERO PREFERIMOS GANAR. ¿A QUÉ SE DEBE? El juego es una actividad exclusiva de las crías de los mamíferos en la que imitan el comportamiento adulto. Es uno de los principales mecanismos de aprendizaje, mediante el que desarrollan las habilidades que más tarde necesitarán para sobrevivir. El objetivo de estos juegos infantiles no es ganar, sino desarrollar destrezas y aprender a socializar.

El ser humano es de las pocas especies que continúan jugando de adultos. El paso al juego adulto se realiza paulatinamente, a la vez que aparecen reglas de juego, y el objetivo de estos juegos pasa a ser ganar. Y nos gusta ganar. La victoria es de nuevo un valor determinante para la supervivencia. Si esta no nos produjera placer, poco haríamos para sobreponernos a las dificultades o a la competencia y nuestra especie ya se habría extinguido.

¿CUÁL ES EL ORIGEN DEL PLACER DE COMPRENDER? Comprender un porqué, entender algo que antes no entendíamos, produce placer. Es la recompensa por entender la Naturaleza, cuyo valor para la supervivencia es enorme. El placer intelectual es muy sutil, poco intenso comparado con otros, pero probablemente sea el más poderoso en nuestra especie. La existencia de este placer es la que ha desembocado finalmente en la ciencia como su máxima expresión, una actividad que ha remodelado completamente nuestra sociedad. Sin ese gusto por la comprensión, todavía estaríamos huyendo de los depredadores, sin fuego y pasando frío.

¿POR QUÉ LA BELLEZA NOS AGRADA TANTO? Hay que diferenciar entre tipos de belleza. La de un cuerpo bien proporcionado o un rostro atractivo tiene una fuerte componente sexual que activa receptores muy específicos en el cerebro. Para que un rostro sea hermoso es fundamental que sea simétrico, lo que parece indicativo de un buen sistema inmunológico (muchas enfermedades graves suelen dejar marcas asimétricas). Aunque basta con que el rostro esté boca abajo para que estos receptores cerebrales no se activen y no sepamos reconocer si nos gusta o no. Pero ¿qué hay del placer de observar una puesta de sol?, ¿por qué disfrutamos con la música?, ¿qué componente de supervivencia para la especie tiene disfrutar de estos tipos de belleza? Hoy por hoy, la ciencia todavía no ha dado con la respuesta.



Formación

Zentrumclip, espacio diseñado y creado para los jóvenes con inquietudes e iniciativas en el campo de la creación audiovisual, continúa su programación durante el mes de junio con el siguiente bloque formativo adaptado a todos los niveles, tanto si se tiene ya experiencia como si se carece de ella:

Junio. Mes de los formatos televisivos

Día 4: Magazines en TV. • Día 11: Formatos informativos. • Día 18: Concursos de TV. • Día 25: Ficción y comedia en TV.

Información:

Ibercaja **Z**entrum C/ Castro, 13, 50001 Zaragoza. Teléfono 976 48 28 12 E-mail: zentrum@ibercajaobrasocial.org Web: www.ibercaja.es

