



## ESTRÈS PER ATRACCIÓ

**É**s la segona vegada que visite els despatxos del Departament de Psicobiologia de la Universitat de València. En aquesta ocasió qui m'hi espera és la catedràtica de Psicobiologia Alicia Salvador i les investigadores Mercedes Almela, Vanesa Hidalgo i Carolina Villada. Dins d'una àmplia investigació centrada en l'estudi de les reaccions hormonals humanes, una de les línies de treball, realitzada en col·laboració amb la Universitat de Groningen (Holanda), ha estat la més mediàtica. Segons els resultats del grup, dirigit per la professora Salvador, els homes incrementen els nivells de cortisol, i per tant l'estrès, en presència d'una dona atractiva. Així ho certifica l'experiment que han dut a terme amb més de 80 alumnes universitaris.

«Les dones atractives estressen els homes». Com hem de matisar el titular?

**ALICIA SALVADOR:** En primer lloc cal dir que es tracta de dones desconegudes. Aquest és un primer factor molt important. En segon lloc, les persones que intervingueren en l'estudi no van ser seleccionades específicament pel seu atractiu: eren representatives de la població estudiantil. Els estudiants avaluen el grau d'atractivitat en funció dels seus gustos. Allò que buscàvem era la resposta psicoendocrina a una trobada casual. La situació estava estructurada perquè les persones es trobaren en un ambient neutral, on interaccionaven durant cinc minuts. Després d'altres tasques, valoraven com d'atractiva era la persona amb qui s'havien trobat.

I aquesta valoració és allò que es relaciona amb els canvis hormonals...

**MERCEDES ALMELA:** Així és, establíem una correlació entre les dades, entre el nivell d'atractivitat que els subjectes atorgaven a la persona amb qui havien estat i el nivell de cortisol. Cal destacar que no es tracta d'una relació causal, només podem parlar d'una relació: a major atracció subjectiva, majors concentracions de cortisol.

Per tant, es reproduïa una situació de normalitat?

**A. SALVADOR:** No hi havia res d'estrambòtic, simplement era una sala del laboratori, amb cadires, una taula... tot simulant una sala d'espera.

**CAROLINA VILLADA:** Un fet que ho feia més natural és que els estudiants anaven a fer una tasca amb l'ordinador. Els demanaves que esperaren en una sala i llavors es trobaven amb una altra persona que era en la mateixa situació.

**A. SALVADOR:** En realitat era una cadena de proves. Els subjectes realitzaven una sèrie d'activitats mentre hi eren. Però tot dins d'una situació completament normal. La persona estímulo, que podia ser home o dona, deixava actuar l'altra persona, no forçava la situació. És important que s'entenga que no se'ls induïa a fer res.

Aleshores, hem d'entendre l'estrès, en aquesta situació, com una reacció negativa?

**A. SALVADOR:** L'accepció vulgar de la paraula *estrès* sempre té connotacions negatives, però des del punt de vista de la psicologia i des d'altres enfocaments, com el biològic, l'estrès no és negatiu per força. És una resposta davant de les demandes de l'ambient. Des d'aquest punt de vista és totalment adaptatiu: necessitem que la nostra resposta d'estrès siga adequada per tal de poder atendre de manera apropiada les demandes quotidianes. És més aviat positiu, en realitat. Solament quan siga continu o crònic pot arribar a tenir efectes nocius.

**«L'ACCEPCIÓ VULGAR DE LA PARAULA 'ESTRÈS' SEMPRE TÉ CONNOTACIONS NEGATIVES, PERÒ DES DEL PUNT DE VISTA DE LA PSICOLOGIA I DES D'ALTRES ENFOCAMENTS, COM EL BIOLÒGIC, L'ESTRÈS NO ÉS NEGATIU PER FORÇA»**

ALICIA SALVADOR

Per tant, biològicament, aquesta resposta de cortisol és un mecanisme positiu?

**A. SALVADOR:** Sí, nosaltres hem interpretat aquest increment com una resposta positiva preparatòria per a la possible relació entre els dos individus. Encaixaria dins d'allò que podríem dir la resposta de festeig, tal i com passa amb altres espècies animals.

Evolutivament, què pot significar aquesta reacció?

**A. SALVADOR:** Es pot interpretar, en la mesura que s'ha trobat en altres espècies, que una pujada de cortisol permet donar millors respostes, respostes que són preparatòries. Ací també estem estudiant la resposta matutina de cortisol, per exemple. Tots els matins, quan ens alçem, tothom experimenta un augment de cortisol. Açò ens prepara per a les activitats a realitzar durant el dia i és positiu. En altres espècies també apareix i evolutivament té aquesta funció: preparar per a l'acció.

M. ALMELA: Qualsevol de nosaltres coneix l'exemple: no és el mateix estar en una sala d'espera amb algú que et sembla atractiu que amb algú que realment no et desperta cap interès. Aquesta pujada de cortisol, que és suau, no és una resposta d'estrès extrema, sinó una resposta fisiològica preparatòria per a una possible interacció amb la persona que et desperta interès pel seu atractiu.

VANESA HIDALGO: Es tracta d'una situació que predisposa el subjecte a tenir una resposta de cortisol perquè aquesta mateixa persona la percep com una situació estressant, tot i que siga un estrès positiu. Ací sorgeixen dues reaccions: la de fugida i la d'interacció. Moltes persones, si es troben davant d'algú a qui consideren atractiu, tendiran a interaccionar-hi, mentre que altres tendiran a quedar-se en silenci.

Segons tinc entès, alliberem cortisol en situacions en què necessitem energia. La resposta hormonal d'un individu davant d'una dona atractiva és semblant a la que experimenta durant una activitat esportiva?

A. SALVADOR: No podem respondre-hi perquè no hem fet la comparació. Hem comparat la trobada entre un xic i una xica i entre un xic i un xic, amb subjectes heterosexuats, i l'increment que comporta. Sabem també que en partits de tennis, futbol o judo hi ha increment. Que aquestes variacions siguen semblants o no és una cosa que no podem afirmar, no tenim aquesta informació.

També algunes malalties estan associades als nivells alts de cortisol. Supose que deu ser un increment molt major que el que representa seure al costat d'una dona atractiva...

M. ALMELA: S'ha associat patir estrès crònic durant un temps amb malalties com la diabetis, la depressió o alguns tipus de càncer. Però una resposta aïllada d'estrès com la que sorgeix fruit d'interactuar amb una persona que considerem atractiva no hi té res a veure.

A. SALVADOR: Un altre aspecte important és considerar altres patiments psicològics o de deteriorament cognitiu, com els aspectes de memòria. Hem investigat què ocorre en situacions d'estrès sobre la funció cognitiva en gent gran i tenim previst poder comparar-ho amb persones que paten hipertensió o diabetis o una altra patologia, per poder veure les reaccions.

No us fa por que el resultat de la vostra investigació pugui utilitzar-se negativament en altres contextos, com per exemple judicialment com a defensa d'algun agressor?

A. SALVADOR: Per poder utilitzar-lo en aquest sentit caldria estudiar-lo molt més. El cortisol, generalment, inhibeix la resposta agressiva. Una altra cosa és la testosterona. Un dels resultats més interessants d'aquesta línia, en una de



e Àlex M. Orts

D'esquerra a dreta, Alicia Salvador (directora de la investigació i catedràtica de Psicobiologia), Carolina Villada, Mercedes Almela i Vanesa Hidalgo (totes tres investigadores estudiant de doctorat).

**«LA TESTOSTERONA AUGMENTA DAVANT DE QUALESVOL TIPUS DE DONA, SIGA ATRACTIVA O NO. EL CORTISOL ÉS MÉS ESPECÍFIC PERQUÈ AUGMENTA MÉS QUAN EL XIC JUTJA QUE LA XICA ÉS ATRACTIVA»**

MERCEDES ALMELA

les mostres estudiades, és que els increments de testosterona es corresponen amb la dominància agressiva. Açò sí que aniria en la direcció de la violència de gènere.

M. ALMELA: És interessant també saber que la testosterona augmenta davant de qualsevol tipus de dona, siga atractiva o no. En un contacte de cinc minuts entre un home i una dona desconeguts, opine el que opine l'home de l'atractiu de la dona, la testosterona augmenta. El cortisol és més específic perquè augmenta més quan el xic jutja que la xica és atractiva.

Penseu que, en cas de realitzar la mateixa investigació entre persones que senten atracció per individus del seu mateix sexe, els resultats serien els mateixos?

A. SALVADOR: S'hauria de fer la investigació per poder fer l'afirmació. Però podria anar en la mateixa línia.

Per tant el titular, en lloc de ser «les dones atractives estressen els homes», seria «els humans augmentem els nivells d'estrès davant d'algú que ens sembla atractiu»?

A. SALVADOR: Sí, podria ser aquest. En un context evolutiu, en conducta sexual en aquest cas, està prou estudiada la importància de l'atractiu. Sempre depèn de l'orientació sexual de cadascú, és clar. Segons quin siga el subjecte objecte de desig l'atractiu hi anirà relacionat.

ÀLEX M. ORTS

Estudiant de Periodisme, Universitat de València