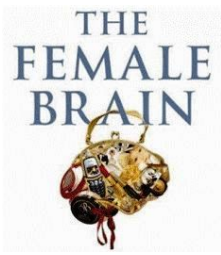


El cerebro femenino, explicado [sólo para hombres]

2010-05-23 20:15:10



¿No sería un alivio finalmente entender lo que está sucediendo detrás de esos ojos bonitos? ¿Por qué, por ejemplo, la mujer de su vida en un momento se encuentra serena, y apocalíptica al siguiente? ¿Cómo puede recordar detalles sobre su vida que ni siquiera usted recuerda? ¿Y que cuando se toma todo tan personal? Toma notas sobre la química del cerebro femenino. He aquí cómo adaptar su cortejo a su corteza, hipocampo, etc.

Preste atención a las pequeñas cosas. Ella dará matices de significado en los pequeños gestos, porque las regiones importantes de la corteza – la capa externa del cerebro que lleva a cabo gran parte de su procesamiento de datos de alto nivel – son más gruesas en las mujeres. Por lo tanto, un comentario fuera de lugar como: “Prefiero ver el partido” podría decir más de lo que significa. Del mismo modo, un pequeño acto de bondad (desde un beso en la mejilla a simplemente llamar por adelantado para hacer reservas) la impresione porque va a tener en cuenta tanto el gesto como la reflexión tras el gesto.

Para mantenerse al día con su memoria, tome notas. Es un hecho científico: Las mujeres recuerdan todo. El hipocampo ocupa un porcentaje mayor del cerebro femenino que el cerebro masculino, lo que es bueno saber porque es donde se forman los recuerdos. Así que mientras usted recuerda, quizá, el día que se encontraron, ella grabó su primer coqueteo, primera llamada, primera cita, primer beso, etc. ¿En pocas palabras? Hay una razón por lo que se inventó la PDA y el calendario de Google: Use estos instrumentos electrónicos para mantenerse al día con su poderoso hipocampo.

Seguir su ejemplo calma, contrario a instigar peleas de bar. Ellas manejan mucho mejor sus impulsos agresivos que los hombres. Los médicos de la Universidad de Pensilvania midieron el tamaño de la corteza orbitofrontal, un área del cerebro involucrada en la regulación de las emociones. Luego lo compararon con el tamaño de la amígdala, que crea reacciones emocionales a los acontecimientos. Descubrieron que los cerebros de las mujeres tienen una proporción mucho mayor orbitofrontal a la amígdala (OAR) que los cerebros masculinos. Eso sugiere que las mujeres son mejores que los chicos respondiendo con calma a la grosería o la agresión. “La corteza orbitofrontal (OFC) es la principal ‘moduladora de acción de la amígdala,’ explica el investigador Ruben Gur. “Así que si está en una fiesta y alguien le insulta, la amígdala, que es una estructura muy primitiva y antigua en los cerebros humanos, le grita ‘¡Mata al hombre!’ La OFC es la parte del cerebro que dirá: “Tenga en cuenta el contexto, hay gente alrededor.” “Por lo tanto, si quiere impresionarla, tranquilice su propia amígdala y compórtese con tanta gracia como ella.

Escríbale un poema o por lo menos un correo electrónico lindo. “Las mujeres se destacan en algo llamado la fluidez verbal, o ser capaz de encontrar las palabras adecuadas, teniendo en cuenta las señales”, dice el doctor Larry Cahill, de la Universidad de California en Irvine. En general, los cerebros de las mujeres se conectan a un lenguaje más centrado que los del hombre. Investigadores de la McMaster University descubrieron que los cerebros femeninos tienen una mayor densidad de neuronas en algunas partes de la corteza del lóbulo temporal, que es el área del cerebro asociada con el procesamiento del

lenguaje y la comprensión. Esto podría ayudar a explicar por qué las mujeres a menudo saben lo que hay que decir, enviar grandiosas tarjetas y notas de amor, y elegir las palabras con tanto cuidado. Cortejando un interés de amor, no estaría de más buscar la ayuda de un amigo de confianza femenino. Ella sabrá qué decir.

Sea su serotonina. El cerebro de las mujeres produce un nivel serotonina significativamente menor – la sustancia química cerebral que ayuda a hacernos felices – que el cerebro masculino. Así que si ella tiene un día difícil en el trabajo, trate con una transfusión: Pruebe una charla, un masaje calmante de espalda o un largo abrazo.

[Laura Schaefer | msn lifestyle](#)