



Si van a pelear mejor prepárense un Sándwich

Descripción

Una investigación con 107 matrimonios demuestra que tener la glucosa baja favorece las agresiones domésticas y las discusiones.

Claudia Kompatzki

ckompatzki@todomujeres.cl

[Follow @clau_kom](#)

SANTIAGO.- Antes de emprender una conversación delicada con tu pareja, asegúrate de no tener hambre. No es solo un consejo para sobrellevar mejor el mal trago. Investigadores de la Universidad Estatal de Ohio (Estados Unidos) han demostrado que tener bajos niveles de glucosa en sangre -lo que se manifiesta físicamente con una sensación de apetito- favorece las discusiones y la agresividad. A esta conclusión han llegado midiendo el nivel de enfado y la glucosa de 107 parejas de casados.

¡¡¡a comer, a comer!!!
¡¡¡a comer, a comer!!!

Los detalles, que se publican en la revista «Proceedings», muestran cómo algo tan sencillo puede desempeñar un papel tan importante en las discusiones de pareja y hasta en posibles casos de violencia doméstica, apunta Brad Bushman, profesor de Psicología y autor principal del estudio.

El estudio:

Para llegar a las conclusiones se estudiaron a 107 parejas de casados, las cuales a través de un cuestionario respondían preguntas sobre su relación. A cada persona se le paso un muñeco y 51 alfileres con los cuales lo podían martirizar en el transcurso del día.

Al final del experimento, se comprobó que quienes tenían los niveles más bajos de glucosa, o sea,

tenían más hambre, eran los que más alfileres utilizaban para clavar a su muñeca-pareja.

Según el investigador esto se explica, porque el autocontrol necesario para hacer frente a la ira consume mucha energía y esa energía llega de la glucosa, el combustible del cerebro.

Fecha de creación

agosto 2014