

Parejas confundidas, ¿se acabó el amor?

Descripción

Muchas parejas atraviesan una fase en la cual uno de los dos duda de sus sentimientos hacia su compañero. Algunas ni siquiera saben explicarse a sí mismo porqué ocurre esto. Sin embargo, lo que desconocen es que este fenómeno tiene explicaciones tanto científicas como emocionales.

Danii Cortes C
dcortes@todomujeres.cl
[Follow @DaniiCortesC](#)

[pareja](#) not found or type unknown

SANTIAGO.- El desvanecimiento del amor en una relación es uno de los acontecimientos más dolorosos y desconcertantes para una pareja.

Sin embargo, ninguna relación llega a su fin sin antes recibir un grito de alerta. Y esta alerta se identifica con frases como **“necesito un tiempo”** y **“estoy confundido/a”**, éstas son las primeras señales que presagian la ruptura de tu relación. Pero, ¿cómo evitar el tan doloroso quiebre cuando se está confundido?concertantes para una pareja. ¿En qué momento dejamos de amar a una persona? ¿por qué ocurre esto? Pareciera que fue ayer cuando caminaban juntos de la mano o se besaban prolongada y apasionadamente.

Más de alguna vez habrás oído: **“el amor es una plantita que hay que regar todos los días”** y, por cliché que suene, efectivamente es así. Y es que cuando se está enamorado pareciera que el amor no se va a acabar nunca. Sin embargo, tal como lo señalábamos en nuestro [artículo anterior](#) , la prolongación del enamoramiento se debe a un proceso cerebral, en el cual se liberan una serie de sustancias químicas conocidas como **“drogas de la felicidad”** u hormonas endógenas y que provocan en las personas efectos como **incremento del autoestima, mayor alegría, más vigorosidad y euforia.**

Entre las hormonas que produce nuestro cerebro cuando estamos enamorados se encuentran:

La oxitocina: que se produce cuando existe un amor pasional. Además esta hormona también está asociada con la vida sexual.

La dopamina: conocida también como la droga del amor y la ternura.

La finilananina: que genera entusiasmo y amor por la vida.

La endorfina: es un transmisor de energía y equilibra las emociones, el sentimiento de plenitud y el de depresión.

La epinefrina: que estimula a la persona para que esta realice sus meta

Es por eso que el dicho “el amor es una plantita que hay que regar todos los días” es tan cierto, ya que si dejas de “regar tu plantita”, probablemente tu cerebro comience a disminuir la producción de las hormonas de la felicidad y, acto seguido, entraras en la fase en la cual cuestionas tus sentimientos hacia tu pareja.

¿Por qué se confunden las parejas?

No existe una respuesta “única” a esta pregunta, ni muchos menos “la respuesta” correcta. Las razones pueden ser múltiples, pero lo que sí es cierto es que el factor químico ocurrido a nivel cerebral tiene un rol protagónico en esto.

En materias del amor todo es tan incierto que **no existen respuestas correctas o malas**, pero **nadie se confunde porque sí**. Puedes culpar al proceso químico que ocurre en tu cerebro, puede ser que hayas conocido a “alguien más”, puede ser que la rutina los haya agobiado a ambos o solo a uno, puede que el estrés laboral de uno haya intensificado las discusiones entre ambos, quizás dejaron de comunicarse y conversar las cosas como antes o simplemente no eran el uno para el otro.

Fecha de creación

septiembre 2013