



Por qué hay más rupturas sentimentales en primavera: el fenómeno se llama uncuffing

Descripción

Lo creas o no, el clima y la época del año afectan el estado de las relaciones. Las infidelidades pueden aumentar y hay una forma diferente de entender el amor en estos días. Incluso hay un término para definir esta época del año en la que las rupturas van en aumento: se trata de desatar o desatar lo que fue eso, para recuperar la libertad después de un tiempo en pareja. A ver, seamos claros, en realidad, a las parejas que se separan en primavera tampoco les va bien en invierno. Pero estos meses fríos y de poca luz invitan más a vivir en pareja y disimular estos problemas. Con el aumento de las temperaturas aumentan las ganas de socializar y aumenta la confianza en uno mismo, dejando en invierno a la pareja que más te conviene. Entonces sí, la primavera cambia la serotonina, que es la hormona que nos hace más felices y activos, y por eso no necesitamos el apoyo de una pareja que no nos gusta mucho. Esto lo señala la psicóloga Danielle Forshee, quien dice: “Cuando la luz del sol se asienta en nuestra vida diaria, el cerebro produce menos melatonina y más serotonina, lo que te hace sentir más feliz y, por lo tanto, posiblemente no sientas la necesidad de estar cerca de otra persona”. esa sensación de seguridad y felicidad. En 2008, David McCandless y Lee Byron realizaron un estudio basado en las actualizaciones de estado de Facebook, infiriendo de “en una relación” a “soltero”. El Daily Mail también publicó su propio estudio en 2016 afirmando que esto no se queda ahí sino que los descansos también aumentan el 15 de febrero y dos semanas antes de Navidad, entendemos que esto se debe a diferentes circunstancias. Explicación científica La ciencia tiene una explicación para esto, y es que nuestro suministro de vitamina D es menor durante los meses de invierno, lo que hace que algunas hormonas como la seronina no lleguen en cantidades suficientes. Según algunos estudios, es la seguridad de la pareja la que hace que durante el invierno se produzcan este tipo de hormonas, incluso cuando la relación no es óptima. Sin embargo, con la llegada de la primavera, el subidón de vitamina D conduce a un aumento del bienestar y de las capacidades cognitivas, lo que puede llevar a la ruptura de parejas en crisis, ya que se sienten más seguras para afrontar solas su vida de pareja. Por supuesto, este aumento de la felicidad puede llevarte a tomar decisiones impulsivas que te dejarán triste cuando llegue el invierno.

Fecha de creación

marzo 2023