

Con emoción

La empatía puede tener componentes genéticos, interesante propuesta de Cristina Monteagudo, de Artemisa



Las variantes genéticas asociadas con una menor empatía es relacionada con un mayor riesgo de autismo.

ADVIERTEN especialistas que el sentimiento de reciprocidad afectiva respecto a lo que inquieta a otros es una habilidad que puede aprenderse pero también desplegarse en la infancia, gracias al ambiente en que nos desenvolvemos; sin embargo, recientes estudios concluyen que ser más o menos empático no solo depende de la educación y la experiencia, sino que está vinculado a componentes genéticos.

Según los investigadores la empatía puede dividirse en dos: capacidad de reconocer pensamientos-sentimientos de otra persona y condiciones de respon-

der con emoción apropiada a las reflexiones, conmociones de ella. La primera parte se llama empatía cognitiva y, la segunda, afectiva.

No es la primera vez que los científicos tratan de identificar el origen biológico de esta participación expresiva. Indagaciones previas demostraron que algunos de nosotros lo somos más que otros y que en promedio, las mujeres son más empáticas que los hombres.

Igualmente, se indica que las personas que padecen autismo tienen un puntaje más bajo en test psicológicos, y que esto se debe a que tienen dificulta-

des con la empatía cognitiva, a pesar de que la afectiva esté intacta.

En estudio publicado en la revista **Translational Psychiatry**, un equipo internacional de científicos ha plasmado la siguiente afirmación –utilizando la información genética de las personas investigadas–: la empatía se debe, en parte, a la herencia, lo que confirma conclusiones de otras búsquedas al respecto, que la examinaron en gemelos idénticos y no idénticos.

Asimismo se corroboró que a pesar de ser más empáticas mujeres que hombres, la diferencia no está en el ADN. No se hallaron incompatibilidades en los genes que contribuyen a esta intención de comprender sentimientos y emociones entre sexos diferentes.

Diferencia sexual y empatía es resultado de otros factores biológicos no genéticos, como pueden ser la influencia de la hormona prenatal, o factores no biológicos de socialización, que también difieren entre sexos, apuntan los entendidos.

Eso sí, el estudio halló que las variantes genéticas relacionadas con la menor empatía se asocian con un mayor riesgo de padecer autismo. No obstante, solo una décima parte de las diferencias individuales de esta capacidad de percibir, compartir y comprender a otros se deben a la genética, por lo que es importante entonces entender los factores no genéticos, que explican el otro 90 por ciento.

El nuevo estudio demuestra que los genes cumplen una función en la empatía, pero aún no se identifican los específicos en el asunto. Sin embargo, los investigadores esperan que las conclusiones del trabajo conduzcan a la mejor comprensión de la biología del autismo, y por supuesto, al rápido y preciso diagnóstico.

Mi celular

Eres adicto al móvil o a las relaciones sociales, sugerencia de Marcelo Hidalgo, de La Habana

UN estudio acerca del uso de teléfonos móviles muestra que la dependencia a ellos puede ser consecuencia de la necesidad de socializar.

Quizá casi todos los días vemos personas que se pasan horas y horas sin apartar la vista del móvil, enviando mensajes constantemente y compro-

bando lo que sus conocidos comparten en las redes sociales. De esta manera numerosos ensayos han explorado los problemas psicológicos que podría entrañar este hábito.

Un equipo científico de la Universidad McGill, en Canadá, estudia el asunto y esboza la posibilidad de que se esté encarando mal la cuestión, así, en un artículo publicado en la revista

Frontiers in Psychology, Samuel Veissière y Moriah Stendel, del Departamento de Psiquiatría de la citada institución, señalan que, en realidad, podría ser un ejemplo de conducta hipersocial.

Notifica Veissière –especialista en antropología cognitiva–, que el deseo de observar, controlar a los demás y también de ser mirado e inspeccionado por otros, se encuentra firmemente enraizado en el pasado evolutivo de nuestra especie. Los humanos somos animales sociales, necesitamos relacionarnos para reforzar nuestra identidad y cerciorarnos de que nuestro comportamiento es apropiado desde un punto de vista cultural. En este sentido, Veissière y Stendel han observado que todas las adicciones al teléfono móvil comparten el elemento común de las ansias de conectar con otras personas.

Según los investigadores, estos dispositivos echan una mano con lo que quizá podría considerarse normal y saludable necesidad de socializar, también facilitan una forma de hiperconectividad que lleva al límite el sistema de recompensa de nuestro cerebro –un mecanismo que hace sentirnos bien cuando se hace una determinada actividad–, lo

cual puede estar incidiendo en la aparición de una adicción.

De este modo, la necesidad de relacionarnos y el uso de los celulares como medio para ello puede llegar a ocasionar algún cuadro maníaco relacionado con lo que se podría denominar una forma de control hipersocial, indican los autores.

“En relación con este asunto se ha instaurado una especie de sensación de pánico”, señala Veissière. “Nuestra intención ha sido ofrecer un punto de vista más optimista y recalcar que lo que resulta adictivo son nuestras ganas de interactuar con otras personas, algo que es posible tratar”, añade.

Los expertos dan algunos consejos para tener control y superar esta adicción. Indican: relajarse y percatarse de que comunicarse es necesidad humana de estar en contacto con otros,



El hábito de usar en demasía el móvil es conducta peligrosa.

revista.gadgets.es

además, proponen fijar horas determinadas para consultar el teléfono. ●

De tiro rápido

• **MARGARITA PÉREZ:** El cáncer sigue siendo de las principales causas de morbilidad –cantidad de personas enfermas o víctimas de una enfermedad en espacio y tiempo determinado– del mundo. La incidencia va en aumento, se cree que alrededor de 24 millones de personas serán diagnosticadas de algún tumor para el año 2035, y por ejemplo, en el año 2015 se superó en 1 000 casos la cifra estimada para 2020, según datos de la Sociedad Española de Oncología Médica; a nivel global el cáncer de pulmón es el tipo de tumor más frecuente. Por sexos,

el de mama es el de mayor incidencia en mujeres y de próstata, en varones. Pero la supervivencia también aumenta. La cirugía es el tratamiento de primera línea, en las fases tempranas de la enfermedad. Avances en terapias como la inmunoterapia o terapia con anticuerpos han logrado resultados esperanzadores. La detección precoz es fundamental. Por ejemplo, el de piel –melanoma– tiene una alta probabilidad de mejora si se detecta en estadios primarios y si bien no es posible prevenir con seguridad un cáncer, los factores ambientales y hábitos de vida desempeñan un papel fundamental en su desarrollo.



salud360.cienadios.com

• **RENÉ HERNÁNDEZ:** Por extraño que parezca, dormir con medias en los pies puede ayudarnos a descansar mejor y más rápido. Se debe a que la regulación de la temperatura es parte necesaria en el ciclo de sueño. Un estudio publicado en el año 2007 concluyó que los adultos que hacían este uso dormían más expedito.