

DANIEL LÓPEZ ROSETTI

ELLAS

Cerebro, corazón y
psicología de la mujer



PRÓLOGOS DE FACUNDO MANES Y GABRIEL ROLÓN

Dr. Daniel López Rosetti

ELLAS

*Cerebro, corazón
y psicología de la mujer*

 Planeta

Capítulo 1

Ella y Él

Hace mucho, mucho tiempo, en la prehistoria, amanecía nuestra cultura. Es medianoche en la caverna y la luna llena baña de luz la entrada e ilumina tenuemente el interior. Ella duerme junto a su cría. Él, un poco más allá, en un sueño profundo. Las brasas, restos de la fogata nocturna, todavía calientan la habitación. No queda nada de la cena, solo el olor a la carne que se quemó allí y algunos huesos pelados. Algo más adentro, varios grupos se distribuyen a poca distancia unos de otros. Él respira de manera pesada y con ronquidos intermitentes. Afuera, un suave viento silba entre las rocas y agita las ramas de los escasos árboles que recortan el horizonte. El gruñido gutural de un predador se deja oír lejano, casi como si proviniera de la luna. La cría comienza a moverse y un resplandor de luz deja entrever su rostro. Un tenue gemido es seguido por otro más fuerte. Ella mueve la cabeza y abre los ojos. Se queda inmóvil. La cría se mueve incómoda y el gemido transmuta en un esbozo de llanto. Él permanece en un sueño profundo. El llanto se hace notar y ocupa toda la habitación, Ella se incorpora lentamente y mira a su cría. Camina hacia ella con respiración jadeante. La mira fijo moviendo la cabeza a un lado y otro. Descubre su necesidad leyendo la expresión

de su rostro. Hambre, concluye. La toma con sus peludos y delgados brazos para acercar su boca a la teta. La cría cambia el sollozo por un desesperado sonido de chupeteo, que calma su estómago. Al rato, casi al mismo tiempo, ambos caen dormidos. Las respiraciones se confunden nuevamente con los ronquidos de Él, que sigue durmiendo. De a poco el astro de la noche deja paso a un sol, que llega del horizonte con un cálido viento que ingresa a la caverna avivando los olores de la convivencia del grupo. De a poco, y cada uno a su tiempo, van despertando. Algunos machos se desperezan lentamente, otros se levantan con rapidez. La mañana se organiza y Él despierta, mientras mira con satisfacción a Ella y a su cría. Se incorpora satisfecho y sale de la caverna junto a los otros machos.

Observa con intención el horizonte mientras respira a fondo, como indagando olores en la lejanía. Ya los machos se agrupan y toman sus lanzas y piedras de corte para iniciar un decidido y organizado andar. La cacería ha comenzado. La comida no alcanza para un día más, ya escasea, y la suerte ha sido esquiva en los últimos tiempos.

Tras una larga travesía en busca de presas eventuales por el camino, llegan a una de las trampas que habían preparado. Un profundo pozo en la tierra cubierto de ramas y hojas al costado de un montículo de rocas. Esta vez sí. Un gran felino ha caído en la trampa. Los machos, alborotados, gritan y saltan. Tras la excitación inicial, arrojan sus lanzas para dar muerte a la desesperada fiera. Parecen competir entre sí. Algunas lanzas dan en el blanco y hieren al animal, que se resiste a morir. Él, al borde del pozo, se abalanza sobre la presa moribunda y clava su lanza certera sobre su lomo. La bestia gira sobre sí misma en un último esfuerzo, hiere de un violento zarpazo el hombro de Él, y este comienza a sangrar...

En la caverna, Ella amamanta a la cría. La cuida, la toca, la acicala. De tanto en tanto las hembras se reúnen en

grupo y emiten sonidos ininteligibles, como palabras embrionarias. Se miran, se tocan, se expresan, se entienden. Una hembra a lo lejos emite un bramido de dolor. Se mueve lentamente y con dificultad sale de la caverna en dirección a los árboles. Las crías dejan de jugar. Todos miran cómo se cuelga con sus brazos de una rama, mientras sus patas flexionadas se apoyan sobre el piso. Entre el grito de una respiración jadeante, cae pesadamente su cría al suelo. Agotada, se deja caer a un lado. Las hembras se acercan a la madre primeriza. Ella la toca, la calma, la asiste. Las crías vuelven a jugar nerviosas, mientras el sol cambia de posición. Tienen hambre.

Desde el sendero, los machos se aproximan agitando, entre gritos de satisfacción, pedazos de la fiera ya cortada con sus piedras filosas. Un macho se acerca a su hembra, que amamanta por primera vez a su cría. Mira con extrañeza, mueve la boca sin emitir sonido, mientras inclina la cabeza a un lado y otro. De pronto mira fijo y, abre la boca, deja ver sus dientes, a la vez que emite un sonido mezcla de sorpresa y alegría. De inmediato extiende orgulloso sus brazos hacia ellos, con un pedazo de carne con piel ensangrentada. Al rato, por otro sendero llega Él. Se acerca a Ella con paso lento y débil, enseñando con satisfacción su trozo de carne. Ella chilla cuando toca la herida en su hombro, y trata de aliviarlo.

Las crías juegan ya cansadas, mientras el sol comienza a ocultarse. Llega nuevamente la noche en un largo día en la prehistoria de Ella y Él.

Nuestro pasado ancestral nos marca a fuego. Es cierto, los tiempos han cambiado. La sociedad y la cultura moderna modificaron los roles. Pero aun así, metafóricamente hablando, siguen existiendo las cavernas. Aun así, hoy existen Ellas, ellos y crías. Y Ellas son diferentes de nosotros, son distintas. Ellas son madres, amamantan, crían, son cuidadoras, son protectoras, perceptivas, intuitivas, tienen facilidad para la comunicación verbal, no verbal y emocional. Tienen un cuerpo

diferente y un cerebro diferente. Sobre esas diferencias trata este libro.

Ellas y la Prehistoria

Es claro que Ellas son diferentes. Para encontrar la respuesta al porqué no son como nosotros nos tenemos que remontar al origen. Tenemos que viajar en el tiempo y ver sus diferencias biológicas y, sobre todo, sus diferencias psicológicas, emocionales y de conducta.

Parte de la respuesta está en los roles que Ellas han desempeñado desde nuestros orígenes como especie; solo así podremos aproximarnos a la comprensión de por qué son como son. Entonces, viajemos a nuestros comienzos, viajemos a nuestros orígenes.

Nuestra historia ancestral se extiende a lo largo de millones de años de evolución y no es fácil rastrear un origen exacto de nuestra especie. Sin embargo, haremos un repaso comenzando hace tres millones y medio de años atrás, en la cuna de nuestra especie: África. Allí, en la localidad etíope de Hadar, vivió el *australopithecus afarensis*. Este antepasado era un homínido, es decir, un mamífero de aspecto humano que caminaba en dos patas. Las especies anteriores parecidas, como los *ramapithecus*, caminaban en cuatro patas, por lo tanto, no eran homínidos, no eran como nosotros. Si comenzamos, entonces, con nuestra historia, con ese primer mamífero de aspecto humano que caminaba sobre sus patas posteriores, nos remontaremos a la sabana africana. Allí vivió «Ella», allí vivió Lucy.

Lucy es el nombre de un esqueleto de *australopithecus* que fue descubierto por el paleontólogo norteamericano Donald Johanson en 1974, cuando trabajaba en su campamento, y mientras escuchaba el tema de los Beatles «Lucy en el cielo con diamantes». Al descubrir el fósil, Johanson lo bautizó Lucy, siendo hasta hoy uno de los más antiguos *australopithecus afarensis* hembras encontrados. Los científicos saben que esos huesos correspondían a una hembra por las caracterís-

ticas anatómicas de las caderas, que son compatibles con la gestación, es decir que era «Ella» porque podía ser madre. No sabemos demasiadas cosas sobre Lucy, pero algunas son casi seguras: no hablaba, no hacía cálculos matemáticos, no escribía.

Lucy no razonaba como nosotros, pero por entonces seguramente tenía emociones básicas. Ya sentíamos y ya Ellas sentían diferente, desde el momento en que daban a luz y amamentaban a sus crías. Ellas eran las madres de nuestra prehistoria. Cuánto de instinto y cuánto de emoción o sentimiento presentaban es tema de discusión, pero seguramente sentían diferente a nosotros. Ya tenían cambios hormonales, de conducta y de roles. Luego de Lucy vivieron otros *australopithecus* más modernos, como el *africanus* y el *robustus*, hace unos tres millones de años. Los *australopithecus* caminaban erectos pero aún eran muy primitivos y no conocían las herramientas. El tamaño de sus cerebros no superaba los 500 centímetros cúbicos. Pero el gran cambio se produjo hace dos millones de años, con la aparición de la especie *homo*, como el *homo habilis*, que con un cerebro de unos 700 centímetros cúbicos desarrolló las primeras herramientas. El gran paso se había dado.

Luego, más cerca del presente, hace poco más de un millón de años aparece el *homo erectus*, con una capacidad craneal de unos 1.300 centímetros cúbicos. Este fue el primero en usar el fuego. Las herramientas y el fuego nos acercan muy lentamente al presente. Ya muchísimo más cerca, hace unos doscientos mil años, aparece el hombre de Neandertal, y hace unos cuarenta mil, el hombre de Cromagnon. Con una capacidad craneana más parecida a la nuestra, fueron los que desarrollaron ritos y ceremonias religiosas, es decir que manifestaban creencias, fe y sentido de trascendencia. Fue el primer homínido en creer en algo superior.

Mientras esta evolución se producía, los roles de Ellas se diferenciaron cada vez más. La evolución seguía avanzando y hace apenas unos treinta mil años aparecimos nosotros, el *homo sapiens* (el hombre que sabe). Es el que llegó a la Luna y construyó y hasta arrojó la bomba atómica sobre sus semejan-

tes. Lo bueno y lo malo fue hecho y construido por nosotros mismos. En todo este recorrido, durante el cual hemos evolucionado, Ellas desarrollaron roles y conductas que les son propios y resultan ser la raíz de nuestras diferencias.

Durante nuestra evolución las emociones y los sentimientos también cambiaron y se acentuaron aún más nuestras diferencias. Es decir que las emociones también tienen un desarrollo evolutivo. Esas diferencias explican conductas y hasta una predisposición a sufrir enfermedades. Tomemos por caso el miedo. Justamente, esa emoción es la que nos alerta frente a la amenaza de un predador, activa nuestra mente y nuestro cuerpo para luchar o huir y así salvar la vida. Esa emoción protegió a nuestros antepasados de las fieras que intentaban devorarlos y continúa siendo igualmente importante en nuestros días como emoción protectora y de alarma frente a las amenazas cotidianas. Por tanto, es la emoción más antigua y de ahí la importancia que ocupa en nuestras vidas, tanto el miedo como sus sucedáneos y variantes, como la ansiedad.

Ellas cuidaban a las crías, y de hecho desde siempre fueron «cuidadoras», de las crías, de los machos y de la cueva donde vivían. Siempre cuidaron y ayudaron más que el macho. La profesión más antigua no es la prostitución, es la de la comadrona, aquella hembra que ayuda a otras en el parto, dándoles sostén a la madre y a sus crías. Está en la esencia de la hembra. Por eso mismo, siempre sintieron más preocupación y temor al cuidar sus crías frente a los peligros y agresiones.

El miedo y la ansiedad se relacionan en nuestro cerebro. Los distintos síndromes de ansiedad que hoy conocemos, tales como la ansiedad patológica, el síndrome de ansiedad generalizada, las fobias y los ataques de pánico, son por mucho más frecuentes en Ellas que en nosotros, y esto bien puede ser consecuencia de la conducta y preocupación ancestral que requirieron para cuidarse como mamíferos físicamente más débiles que los machos y frente al cuidado de las crías. Así, el origen de las emociones en base al instinto explica las diferencias que hoy observamos en Ellas.

Hay otro aspecto que también explica la diferenciación de roles, de conductas y de modo de sentir. En el principio de nuestra evolución, machos y hembras vivían separados, independientemente. Las hembras aceptaban al macho con muy poca frecuencia y con la sola finalidad de reproducirse. El período fértil de ellas probablemente se daba una o dos veces al año. Esto era así porque el ciclo ovulatorio era menos frecuente que el actual, motivo por el cual la relación macho-hembra era aislada, oportunista, poco frecuente y, en consecuencia, nada estable. Acorde con la evolución de nuestra especie, se produjeron cambios paulatinos tanto en la anatomía como en las funciones del cuerpo, y en nuestras emociones. No se puede precisar con exactitud cuándo, pero en algún momento y gradualmente se ejecutaron posibles cambios que describiremos metafóricamente y abreviadamente de la siguiente forma: en un principio, macho y hembra vivían separados. La relación sexual era como en algunos mamíferos actuales: el macho tomaba a la hembra por detrás para el acto de la cópula. Por entonces, nuestros antecesores caminaban en cuatro patas. En un momento determinado se pusieron de pie y fue cuando se desencadenó un sinnúmero de cambios. Comenzaron a caminar en dos patas. El órgano sexual de la hembra se ubicó anatómicamente más hacia adelante, posibilitando que la relación sexual fuera de frente. Macho y hembra, ahora frente a frente, mirándose e identificándose de manera más efectiva y directa.

El ciclo ovulatorio de la hembra se hizo más corto, de modo que recepcionaba al macho cada vez con mayor frecuencia. Simultáneamente y como consecuencia de la bipedestación, los brazos ya no eran necesarios para desplazarse y asumieron nuevas funciones. Como resultado —y en un esfuerzo de síntesis y compresión—, macho y hembra se frecuentaron cada vez más, al tiempo que aumentaba la identificación del uno para con el otro, como si se hubiera producido un diálogo tácito y natural entre ellos. La hembra le dio a entender que lo recepcionaría sexualmente en forma más frecuente y, siendo que él ahora caminaba en dos patas y tenía dos brazos y dos manos

disponibles, le propuso que utilizara sus miembros inferiores para recorrer mayores distancias para cazar y conseguir alimento. El macho, por su parte, aceptó la propuesta y, asumiendo que la hembra también tenía disponibles los brazos y las manos, le solicitó que preparara los alimentos y que cuidara de las crías amamantándolas más tiempo. De algún modo, el macho comenzó a querer a su hembra y ella a su macho. Ambos protegieron, cuidaron y quisieron a sus crías. Así nació algo nuevo: la familia. Macho y hembra con sus crías compartirían la misma cueva, los mismos alimentos y una nueva emoción en desarrollo: el amor y las emociones relacionadas.

Fue así como, acorde con la evolución de la especie, nuevas funciones emocionales aparecieron. Estas justifican acciones y la hembra tendrá funciones que le son propias, como el cuidado de las crías, mientras recaerá en el macho la obligación de la búsqueda del alimento. Esta descripción es forzosamente metafórica y razonablemente útil para explicar nuestra evolución. Más adelante veremos más detalles.

Estas funciones condicionan actitudes, la hembra se convertirá en un animal más conservador en cuanto al cuidado de la caverna y sus crías, mientras que el macho desarrollará sus aptitudes de caza para alcanzar cada vez más presas y a mayor distancia. Si continuáramos el rastreo de las emociones a través de nuestra historia evolutiva llegaríamos al momento en que esa hembra o ese macho no solamente defenderán sus propias vidas y las de sus crías sino también a otros miembros de su comunidad, es decir, la defensa del grupo. Aparecerá así, con el tiempo, el altruismo. De este modo las emociones se fueron desarrollando, desde las más simples y elementales como el miedo hasta las emociones y sentimientos más complejos de hoy en día. Al ser el miedo y el amor emociones tan antiguas y ancestrales, explican el porqué de su importancia en nuestra vida y nuestras relaciones emocionales. Desde la prehistoria emocional ellas fueron diferentes.