

Los primeros registros románticos de este acto datan de hace 4.500 años:

# Los besos activan 34 músculos de la cara y neurotransmisores que ayudan a sentirse feliz

La ciencia busca explicar el origen de esta costumbre que no está presente en todas las culturas, así como desentrañar las reacciones que se producen en el cuerpo al besar. También se analizan sus beneficios y riesgos para la salud física y mental.

C. GONZÁLEZ

Ninguna otra fecha del año concentra tanta cantidad de besos como el 14 de febrero. Hoy, millones de parejas en el planeta juntan sus labios para celebrar el "Día del Amor".

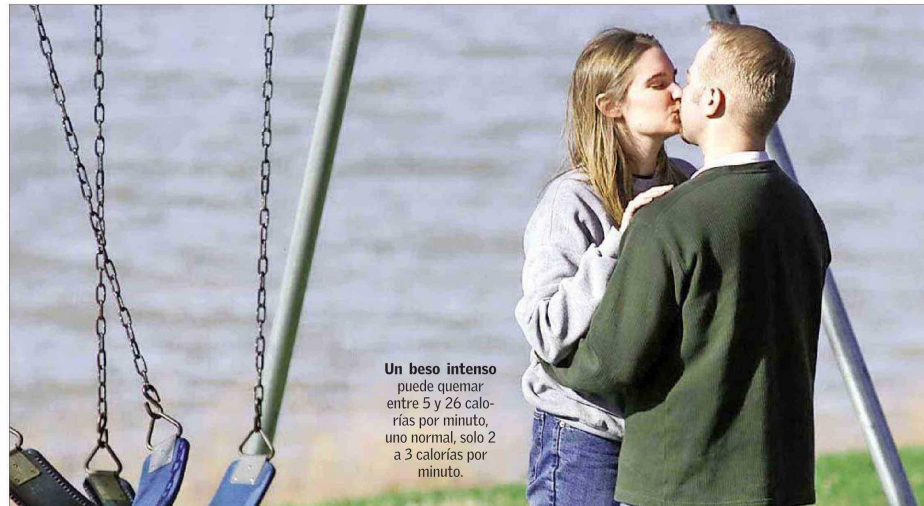
Un gesto que acompaña al ser humano desde tiempos remotos y que, al igual que a artistas y poetas, también inspira a los científicos. De hecho, la ciencia que estudia los besos se llama "filematología", y analiza sus significados, orígenes, técnicas y tipos, así como las reacciones que se producen en el cuerpo al besar o ser besado.

"Comportamientos de la vida real, como besar, son un desafío para estudiar sus mecanismos subyacentes", dice a "El Mercurio" Michael Proulx, de la U. de Bath (Inglaterra), quien ha realizado estudios para comprender cómo la actividad cerebral puede revelar las bases emocionales y neuronales detrás de un beso.

"Los besos románticos no son universales ni específicos de los humanos, ya que los bonobos y los chimpancés tienen comportamientos de besos similares a los de los humanos. Entonces hay allí un gran misterio antropológico. Sin embargo, es un acto que tiene mucha importancia para las parejas o para quienes buscan pareja", precisa.

Su origen no está del todo definido. Unas teorías lo vinculan con la nutrición materna en la prehistoria—cuando las madres traspasaban la comida masticada desde su boca a la de sus guaguas—, hasta otras que sugieren que era una forma de "olfatear" a una potencial pareja para evaluar la compatibilidad genética.

Una nueva hipótesis, publicada en noviembre pasado, apunta



Un beso intenso puede quemar entre 5 y 26 calorías por minuto, uno normal, solo 2 a 3 calorías por minuto.

a que el origen del beso es diferente: Un equipo de la U. de Warwick (Inglaterra) sugiere que habría surgido de los rituales de limpieza en grandes simios. En particular, de gestos de succión de los labios para eliminar parásitos.

"A medida que los humanos fueron perdiendo progresivamente su pelaje y ya no necesitaban el acicalamiento para su higiene, el aspecto social del beso persistió, transformando el gesto en un símbolo de cercanía y apego", dicen los autores.

Lo que sí está claro es que los primeros registros de besos románticos datan de hace 4.500 años, en Mesopotamia, según un trabajo publicado en Science

en 2023, a partir de análisis a escritos sumerios.

Pese a su antigüedad, besar no es una práctica universal: solo el 46% de las 168 culturas analizadas en un estudio de 2015 incluye el beso romántico en sus costumbres. Esto sugiere que el beso podría ser más una construcción cultural que un instinto innato en nuestra especie.

Sea cual fuere su origen, la evidencia científica es clara en demostrar una serie de beneficios físicos y psicológicos de esta práctica.

Labios y lengua concentran una gran cantidad de receptores nerviosos y sensoriales. "La boca es una de las áreas erógenas del cuerpo, que despliega una

serie de mecanismos y sensaciones que llegan hasta el centro del placer en el cerebro", comenta Nathali Angle, psiquiatra de Clínica Indisa.

Así, al juntar los labios se genera una serie de neurotransmisores, como dopamina, serotonina y oxitocina, asociadas al placer, el afecto, el bienestar, la felicidad y la reducción del dolor.

Se estima que un beso intenso moviliza 34 músculos de la cara, además de 134 en el resto del cuerpo. En tanto, un beso normal quema entre 2 y 3 calorías por minuto, mientras que uno apasionado puede quemar entre 5 y 26 calorías en el mismo lapso de tiempo.

Pero no solo amor y afecto

acompañan a un beso.

Un ósculo apasionado, de unos diez segundos, transmite 80 millones de bacterias, según un estudio publicado en la revista Microbiome. Los autores del trabajo también vieron que las parejas que se besan al menos nueve veces al día comparten comunidades similares de bacterias orales.

"Está demostrado que los besos y la saliva pueden ser una vía de transmisión de diversos microorganismos asociados a diferentes enfermedades", precisa Eduardo Salas, director del Área Dental de Red Dávila. Que surja un problema, agrega, va a depender del "tipo de patógeno y del estado de la persona, como

## A la derecha y ojos cerrados

Al besar, dos tercios de las personas inclinan la cabeza hacia el lado derecho de forma innata, lo que tendría una explicación neurológica: el beso estaría determinado por diferentes niveles hormonales (como la testosterona) y de neurotransmisores (como la dopamina) en cada hemisferio, lo que daría lugar a un sesgo para girar a la derecha, según un estudio hecho por Michael Proulx. En tanto, otro estudio de la U. de Londres sugiere que cerramos los ojos al besar porque "a nuestra mente le resulta difícil procesar un estímulo visual al mismo tiempo", dicen los autores.

heridas en la boca o un sistema inmune debilitado".

Una de las infecciones bacterianas más comunes son las caries. A través de un beso se puede traspasar el *Streptococcus mutans*, causante del daño en el esmalte dental.

Salas menciona que otras patologías que pueden transmitirse son el virus herpes simple y la mononucleosis, también llamada la "enfermedad del beso", que produce fatiga, fiebre y dolor de garganta.

Un beso muy intenso y prolongado también puede ser una mala idea si uno de los amantes tiene influenza, resfriado, meningitis, gingivitis o hepatitis B. "Una buena higiene oral y un control periódico al dentista ayudan a reducir el riesgo", puntualiza el especialista.