



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. Amor, desejo, confiança ...o que era para uma vida inteira... acabou! Sobre a ocitocina e o psiquismo amoroso. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

AMOR, DESEJO, CONFIANÇA ...O QUE ERA PARA UMA VIDA INTEIRA... ACABOU!

Sobre a ocitocina e o psiquismo amoroso

Esdras Guerreiro Vasconcellos

RESUMO

Um fenômeno complexo tanto do ponto de vista físico, como psíquico, o desamor desestrutura temporária ou permanentemente a vida de pais, filhos, amantes e todos que vivem o infortúnio da perda amorosa. Ao lado das teorias psicológicas que explicam uma relevante parte da dinâmica da paixão e do fim dela, a Neurociência tem fornecido conhecimentos fundamentais sobre a participação do corpo no desamor. A ocitocina, serotonina, dopamina e as endorfinas são responsáveis pelo estabelecimento do forte vínculo de amor e confiança entre a mãe e o bebê, entre a amante e o amado. A trilha neural que o mantém pode, porém, chegar a um nível de saciedade e saturação.

Palavras-chave: Corpo, Amor, Ocitocina, Desamor,

.....
"Não nos perguntemos o que é comum, mas o que é melhor"

(Sêneca, 4 a.C.)

Eu não queria que isso tivesse acontecido, mas aconteceu, e eu não posso fazer nada para mudar argumentou, um tanto constrangida, Betina. Eduardo insistiu desesperado e estupefato: *Então você não me ama mais, é isso que você quer dizer?* Ela respondeu: *Infelizmente, o que sinto por você é simpatia e carinho, não é mais como antes, o sentimento mudou.*

É freqüente vivenciarmos situação semelhante em nossos consultórios, no círculo de amigos ou familiares. E ela é sempre muito dolorosa. Para todos. Sofre quem foi desamado, sofre quem vê passar dentro de si um sentimento que gostaria de preservar. Em geral, o desamor é apontado como um fenômeno inexplicável. Poucos sabem esclarecer com precisão e de forma plenamente convincente o que ocorreu dentro de si e o gerou. Portanto, ninguém consegue esclarecê-lo, apenas o aponta, deixando todos desapontados. O dito e o não-dito se chocam. *Como você consegue deixar de amar, assim, tão simplesmente?*

Alguem disse que o amor nos pega por detrás, ou seja, surpreende. Complemento aqui, que, da mesma forma, ele nos sai pelas costas sem que nos apercebamos como se vai. Quando um dia procuramos por ele, constatamos aliviados ou amargurados, que ele não existe mais. Se antes nosso corpo vibrava feliz com sua presença, agora esse sentimento se parece mais com uma sombra que nos acompanha e da qual não conseguimos nos separar assim tão fácil.

Quem apagou do teu coração, o amor pela casa paterna? pergunta Giorgio Germont ao seu filho Alfred, quando este resolve deixá-la para viver



com sua idolatrada Violeta no idílio romântico, fora de Paris, (Ópera *La Traviatta*, de Giuseppe Verdi). É bem assim, como se tivesse apagado.

Edite, bibite, post mortem nulla voluptas (Comei, bebei, após a morte não há prazer) recomenda o provérbio latino. O medo da perda do prazer marca a existência humana. Desde a primeira vez que somos amamentados pelo seio materno até o último instante de vida. Por isso tudo que fazemos tem como pano de fundo o desejo da garanti-lo.

Tanto na sociedade como na psicoterapia, aquele que consegue amar *duradouramente* outra pessoa é considerada mais madura que aquele que vive a mercê de seus flutuantes sentimentos. Neste caso, nossa intervenção, na maioria das vezes, é no intuito de conseguir que ele, preferencialmente, se estabilize numa relação. Admiramos os Don Juans mas, no fundo, queremos ser amados eternamente. Don Juans DeMarco nos fascinam.

Existe também a variante oposta. Sentindo-se abandonado pela pessoa amada, desejamos *matar esse amor* dentro de nós. Em vão. Quanto mais nos esforçamos, quanto mais artifícios desenvolvemos, mais vemos crescer dentro de nós a saudade e a necessidade desse outro. A lembrança amorosa não é cruel como o tempo, ele permanece vigorosa.

Zygmunt Bauman critica nossa sociedade pós-moderna e a fragilidade dos laços humanos, acusando-nos de cultivarmos *amores líquidos*. Ele aponta: *Em vez de haver mais pessoas atingindo mais vezes elevados padrões de amor, esses padrões foram baixados. (...) Afinal, a definição romântica de amor como “até que a morte nos separe” está decididamente fora de moda* (1).

As sensações e vivências, grosseiramente delineadas acima, compõem, de forma um tanto misteriosa, o amplo espectro de possibilidades da vida amorosa. Não há mesmo muita explicação satisfatória para o fato de amarmos e querermos tanto uma pessoa e desamar outra. As teorias psicológicas nos auxiliam um pouco na compreensão desse fenômeno. São concepções que privilegiam mais a razão e as emoções sem, todavia, considerar que o corpo é peça fundamental dessa dinâmica.

André Görtz, em uma carta biográfica à sua doente esposa diz: *Eu necessitava de teoria para estruturar meu pensamento e argumentava com você que um pensamento não-estruturado sempre ameaça naufragar no empirismo e na insignificância. Você respondia que a teoria sempre ameaça se tornar um constrangimento que nos impede de perceber a complexidade movediça da realidade* (2).

O *saber visceral* que o amor nos proporciona, e que dissipa todas as nossas dúvidas, vem do corpo. Origina-se no corpo. Quando amamos, sentimos lá no fundo de nosso “peito” que isso é verdade. Tal sentimento nos convence mais que a doura razão e inteligentes argumentos. A Neurociência tem contribuído relevantemente para compreendermos esse conceito.

Quando, em 1932, Melanie Klein (3) discorreu sobre o *seio bom* e o *seio mau* ela pouco considerou a participação da prolactina e da ocitocina na constituição dos sentimentos que os bebês vivenciam na amamentação carinhosa. Ela quase nada sabia do fato biológico e neuroendócrino de que, em mães frias e distantes de seus filhos, ocorre uma baixa secreção desses hormônios.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. Amor, desejo, confiança ...o que era para uma vida inteira... acabou! Sobre a ocitocina e o psiquismo amoroso. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

Sem reducionismos biológicos nem psicológicos, mas integrando conhecimentos – neuropsicanálise, neurocognitivismo - podemos afirmar que a amamentação carinhosa, o contato agradável da boca do bebê com o seio da mãe gera produção maior de ocitocina (4). Esta, produzida originalmente no hipotálamo, aloja-se na pele do seio tornando a sensação tátil agradável e prazerosa. Portanto, proporciona a sensação do *seio bom*. Nasce aqui o sentimento fundamental de ser amado e de ser amável. Decorrem desses sentimentos primitivos e primários a confiança básica descrita por Erick Erickson (5).

No momento do parto, mãe e bebê aumentam os próprios níveis de endorfinas.

Ela como analgésico natural para anestesiar as dores do parto. Ele para dilatar os pulmões, preparando-os para receber oxigênio. Endorfinas são hormônios opiáceos. O fato de ambos secretarem a mesma substância em quantidades maiores contribui para a formação de um forte vínculo de dependência entre mãe e filho.

Não é muito diferente o que ocorre entre amantes. Mobilizados pelos fortes sentimentos que os atraem, secretam maiores índices de ocitocina, serotonina dopamina e endorfinas. Por esse motivo o período da paixão é vibrante e, inequivocamente, forte de confiança no sentimento do outro.

Campoamor tem um poema sobre isso:

Disse o amante a sua amada:

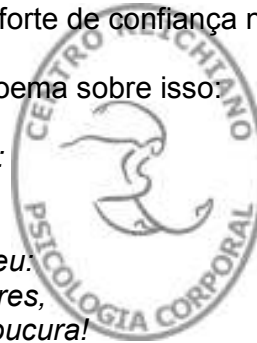
Eu te amarei, oh! deusa,

Eternamente e com ternura!

Ao que a amada lhe respondeu:

Prefiro, como todas as mulheres,

Por pouco tempo, mas com loucura!



Além da constatação neurocientífica de intensas atividades em quatro zonas cerebrais, quando estimuladas pela paixão - Cortex cingular, Lobo insular, Núcleo caudado e o Putâmen (6) – sabemos que um oceano de diferentes registros inconscientes, antigos e inéditos, se associam e dão à experiência vivida, uma configuração especial.

O beijo reproduz a gostosa sensação, passada, da boca com o seio materno. Por isso ele nos atrai tanto e é a parte do corpo da mulher mais retratado. O cheiro da pele e o perfume da pessoa amada excita marcantemente e a agradabilidade tátil, lembra, inconscientemente, os tempos primordiais de nossa vida quando éramos envolvidos de corpo inteiro pelos braços de nossos pais e cuidadores. O Eros que a relação adulta constrói recria remanescências dessa fase. *Eu precisava ser pegada nos braços com carinho e desejo* ressaltava Betina. O sorriso da mulher amada recorda o da mãe quando nos cariciava e amamentava. Aquela aura de intimidade, união e fusão profundamente carinhosa, se repete. A reativação das trilhas sensoriais de outrora juntamente com a consciência e as emoções presentes constituem



aquela química maravilhosa do afeto. Sentimo-nos outra vez amados e a confiança na vida se renova.

Quando afirmamos *ter química* com alguém, recontamos essa história corporal e psicológica vivida nos primórdios. Contudo, agora, como adultos, a envolvemos numa matriz erótica madura para que adequados vínculos amorosos se estabeleçam. Amamos em moldes similares ao que fomos amados. No amor e no acolhimento sensual nos tornamos um tanto crianças carentes de afeto e segurança. Somos adultos com alma de criança. Na relação sexual com o parceiro entregamo-nos à fusão espiritual prazerosa que a transcendência nos oferece. O orgasmo é um primeiro estágio dessa entrega.

Entretanto, as trilhas neurais que se formam na fase da paixão e nos conduzem ao apego à pessoa amada podem sofrer processos de saturação e, muitas vezes, de extinção (7). Vem daí a concepção de que todo relacionamento amoroso tem prazo de validade. Jurar amar eternamente alguém é, nesse sentido, projetar um desejo de permanência que contraria o princípio de impermanência inerente a todas as coisas.

Um exemplo simples que ilustra bem esse processo de formação e extinção das trilhas neurais é o do conteúdo da memória. Mesmo as mais felizes, com o passar do tempo, tornam-se esmaecidas, perdem em vivacidade e detalhes. Lembramo-nos do lugar, da sensação vivida, mas corremos a grande probabilidade de não nos lembrarmos com nitidez da fisionomia das pessoas presentes. De tanto pensar na pessoa amada podemos esquecer de sua aparência. É freqüente ouvirmos de pessoas apaixonadas: *às vezes tento me lembrar de seu rosto e não consigo*.

As trilhas neurais de informações sensoriais são, contudo, mais resistentes a esses processos degenerativos do que as trilhas cognitivas (conhecimento e memória). Decorre daí, de *esquecermos* do que foi dito, datas e até da fisionomia, mas não de seu cheiro, sua voz, seu sorriso.

Ninguém tem a intenção de desamar. Ocorre de dentro para fora. São padrões neurais que se desconfiguram. A terapia de fazer alguém *esquecer uma perda ou um trauma* não obtém grande sucesso, por não ser a cognição, quem melhor determina a constelação neural. Destruir com a razão o que a emoção construiu é meta improfícua. Sobretudo, se tais constelações foram reforçadas pelo circuito de recompensa. Como no caso dos vícios e dependências elas se tornam resistentes até mesmo ao desejo de eliminar o outro de minha vontade e memória.

A crença de que *esse amor jamais acabará* não é apenas inocência e imaturidade. A força do vínculo estimulatório nos faz realmente crer que esse sentimento é *impossível desaparecer*. Assim como um atleta altamente serotoninizado crê firmemente na vitória, assim também o apaixonado.

No início da paixão a rede neural fica hiperestimulada dopaminergicamente (serotonina, dopamina, endorfinas). Ficamos *agitados, vigorosos, dispostos, incansáveis* por causa da alta secreção de serotonina. Como a secreção de dopamina é igualmente alta, sentimos muito prazer nessa intensidade. Diversas pesquisas (8) têm comprovado que uma alta concentração de serotonina tem efeito inibidor sobre o comportamento geral,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

5

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. Amor, desejo, confiança ...o que era para uma vida inteira... acabou! Sobre a ocitocina e o psiquismo amoroso. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

focando-o, exclusiva e preferencialmente, no objeto estimulador dessa secreção. Isso explicaria porque casais apaixonados tornam-se mais fieis um ao outro nessa fase.

Após algum tempo, a serotonina cede e a prevalência maior passa a ser da dopamina. O ser humano continua tendo prazer na sua relação amorosa, todavia menos inibido bioquimicamente. Aumenta assim a probabilidade da infidelidade. Se a relação não tiver criado padrões robustos de *química com o outro* (ocitocina, serotonina, dopamina) as trilhas neurais tendem a dessensibilizar-se, cederem à saciedade.

Paixões intensas produzem sensações vorazes de êxtase e, decorrentemente, abreviam o tempo em que a saciedade acontecerá. *O que era para durar a vida toda...acaba!*

A preservação de vida longa da relação amorosa feliz se dá com o cultivo de uma *relação namorosa*. Dela provém bons níveis de **ocitocina** (carinho tátil; boas transas; abraço acolhedor; beijo apaixonado; chamego corporal), **serotonina** (atividades sociais instigantes; viagens românticas a dois; alegres contatos familiares; cultivo de bons amigos) **dopamina** (preferência consciente pela paz na relação; desistência do desejo de ter razão; redução de alfinetadas e provocações; diminuição de rivalidade e competitividade; consciente tolerância às crises pessoais e seus momentos mais irritáveis; amor às manias do outro; prazer em ser e ver o outro autêntico e original, independente de como seja).

Nessa ação de intenção consciente ilusão e realidade se integram. O desejo de superar a premissa condicionante de que *conhecer desencanta* faz surgir um movimento intencional de aceitação plena do outro.

Tal esforço valoriza o parceiro e lhe proporciona auto-estima. Ser amado apesar de todos os nossos males é o que mais desejamos na vida. Para tanto é necessário seguir outro caminho, ter outro paradigma: quanto mais nos tornamos íntimos da pessoa amada, maior nosso encanto e fascínio por ela. A aceitação recíproca de males e manias nos torna mais amantes e tolerantes. A compreensão efetiva de que *Você é Você e Eu sou Eu* proporciona o verdadeiro *Encontro Eu-Tu*.

Decorre daí então, independente do tempo juntos, podermos repetir, com alegria e humor o que diz a canção: *Você não vale nada, mas eu gosto de você!*. E, com carinho, alertar: *Ai, se eu te pego!*

.....

REFERÊNCIAS

1 – BAUMAN, ZYGMUNT: **Amor Líquido – Sobre a Fragilidade dos Laços Humanos**, Jorge Zahar Editor, Rio de Janeiro, 2003, pag. 19

2 - GÖRTZ, ANDRE, **Carta a D., História de um Amor**, Editora Annablume: Cosac Nify, São Paulo, 2008, pag. 41



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

6

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. Amor, desejo, confiança ...o que era para uma vida inteira... acabou! Sobre a ocitocina e o psiquismo amoroso. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3 – KLEIN, MELANIE: **A Psicanálise de crianças. Obras Completas de Melanie Klein: Volume II, 1932.** Rio de Janeiro, Imago, 1997

4 - ODENT, MICHEL: **A Cientificação do Amor**, Editora Saint Germain, Florianópolis, 2002, pag. 42

5 - ERIKSON, ERIK H., **O Ciclo de Vida Completo**, Editora Artmed, Porto Alegre, 1998, pag. 90

6 – CICERONE, PAOLA EMILIA, **Uma Droga chamada Paixão**, in: *Mente & Cérebro*, Edição Especial: O Equilíbrio das Emoções, Nº 9, pag. 76

7 - CICERONE, PAOLA EMILIA, **Uma Droga chamada Paixão**, in: *Mente & Cérebro*, Edição Especial: O Equilíbrio das Emoções, Nº 9, pag. 72

8 - ODENT, MICHEL: **A Cientificação do Amor**, Editora Saint Germain, Florianópolis, 2002, pag.44

.....

AUTOR

Esdras Guerreiro Vasconcellos / São Paulo / SP / Brasil - Psicólogo, Doutor em Psicologia e Medicina Psicossomática pela Universidade de Munique, Alemanha; Docente de Pós-Graduação do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo; Diretor Científico do Instituto Paulista de Stress, Psicossomática e Psiconeuroendocrinologia; Ex-Pesquisador-Assistente do Instituto Alemão para o Avanço da Ciência Max Planck; Membro da Academia Paulista de Psicologia

E-mail: esdras@interciencias.com.br