



¿El contacto con mujeres atractivas afecta negativamente la salud de los hombres?

Antonio González-Hernández

Dept. de Psicología Social, Antropología Social, Trabajo Social y Servicios Sociales,
Universidad de Málaga, España

Tipo de artículo: Actualidad.

Disciplinas: Psicología, Neurociencias.

Etiquetas: cortisol, neurociencia social, stress, atractivo físico.

Una investigación reciente ha descubierto que la liberación de cortisol (hormona relacionada con situaciones de estrés) aumenta en un grupo de hombres cuando se encuentran en una situación de interacción social con mujeres atractivas. Según varios medios de comunicación, este estudio indica que las mujeres atractivas son perjudiciales para la salud. En este artículo analizo cuáles son exactamente los datos obtenidos y qué conclusiones son posibles y correctas a la luz de los resultados.

Hace poco tiempo apareció en varios periódicos on-line un titular bastante llamativo: “Las mujeres guapas son perjudiciales para la salud” (<http://www.20minutos.es/noticia/697214/9/guapa/salud/hombres/>). Esta noticia está basada en un trabajo reciente realizado por el grupo dirigido por Alicia Salvador, investigadora de la Universidad de Valencia. ¿Realmente se sigue tal conclusión de los datos de este estudio? Veamos lo que realmente hicieron los investigadores y las conclusiones a las que se puede llegar a partir de ellos.



(cc) Cakper

En 2010, Leander van der Meij, Abraham Buunk y Alicia Salvador publicaron en la prestigiosa “Hormones and Behavior” un trabajo titulado “El contacto con mujeres atractivas afecta la liberación de cortisol en hombres”. Es cierto que si uno se queda en la mera lectura del título puede caer en la tentación de asociar el aumento de los niveles de cortisol con sus conocidos efectos nocivos, tales como la elevación de la glucemia, su vinculación con problemas cardíacos o, de manera más concreta, su relación con el estrés (Selye, 1956; Dickerson y Kemeny, 2004). Las conclusiones de los autores eran, sin embargo, mucho más moderadas.

El diseño del experimento era sencillo: 84 hombres heterosexuales, todos ellos estudiantes de la Universidad de Valencia, fueron reclutados para una investigación sobre “secreción de hormonas”. Se controlaron mediante instrucciones el consumo de sustancias estimulantes, tabaco, alcohol, medicación, así como los hábitos de sueño durante al menos dos días antes de su participación. Una vez en el laboratorio, cada participante debía realizar una sencilla tarea de ordenador (intrascendente para la investigación real). Se tomaron muestras de saliva antes y después de realizar esta tarea. Estas muestras de saliva se usaron para medir el grado de liberación de cortisol. Posteriormente debían realizar un sudoku, pero antes de ello debían esperar cinco minutos acompañados de una persona, que podía ser hombre o mujer. Estas “personas estímulo” eran colaboradores de la investigación, estaban instruidos para mantener una conversación amigable durante la espera, y eran evaluados según su atractivo por los participantes después de su interacción social. Tras la realización del sudoku se volvía a tomar una tercera muestra de saliva.

No se encontraron cambios significativos en los niveles de cortisol entre la primera y la segunda medida de saliva, pero los resultados mostraron que los niveles de cortisol se incrementaban tras la interacción social con una mujer evaluada como atractiva por el participante.

En opinión de los autores, lo que ocurre en realidad es que los niveles de cortisol se incrementan ante una situación de “posible cortejo” (no se producía tal aumento si el contacto era con mujeres no atractivas para los participantes masculinos, ni cuando el contacto era con otros hombres).

Este incremento se puede explicar mediante la teoría de la “auto-preservación” social, que predice incrementos de cortisol cuando el bienestar psicológico se ve amenazado (Dickerson y Kemeny, 2004), entendiendo esta amenaza del bienestar psicológico como la posibilidad de perder el estatus social que la persona mantiene hasta ese momento. Es decir, si el hombre interacciona con una mujer atractiva se desata la predisposición al cortejo. Si el cortejo finalmente se llevase a cabo, llevaría asociada la posibilidad del rechazo. Este rechazo potencial es el hecho que resulta realmente amenazante para la integridad del estatus social del hombre, teniendo como consecuencia una experiencia de estrés.

Como he comentado al inicio del artículo, dado lo impactante del título del artículo y del conocimiento existente sobre el cortisol (que ha sido relacionado con hiperglucemia, problemas cardiacos, relación con el estrés...), este trabajo ha recibido amplia, y equivocada, repercusión mediática. Del trabajo original no se desprende una conclusión que cuadre con esos titulares sensacionalistas.

Es cierto que existe una relación entre el cortisol y el estrés, y también es sencillo encontrar trabajos rigurosos relacionando estrés y salud (p.ej., Cohen y Williamson, 1991; Chandola y col., 2008; Kulkarni, O’Farrel, Erasi y Mochar, 1998) lo cual puede inducir a pensar en la secuencia: mujer atractiva-cortisol-estrés-problemas de salud. Sin embargo, estas relaciones están mediadas de forma crucial por la magnitud de los cambios: situaciones de estrés leve o moderado son capaces de aumentar de forma detectable la liberación de cortisol, pero es necesaria una situación sostenida de alto estrés y altos niveles de cortisol para que sus efectos nocivos sobre la salud sean detectables (Pruessner, Hellhammer, Pruessner, y Lupien, 2003; Schulz, Kirschbaum, Prüssner y Hellhammer, 1998; Wüst, Wolf, Hellhammer, Federenko, Schommer y Kirschbaum, 2000).

De ahí que no se pueda afirmar la existencia de una relación causal entre las mujeres atractivas y los problemas de salud. La próxima vez que se encuentre una noticia de este estilo, tómela con una pizca de sal.

Referencias

- Chandola, T., Britton, A., Brunner, E., Hemingway, H., Malik, M., Kumari, M., Badrick, E., Kivimaki, M., y Marmot, M. (2008). Work stress and coronary heart disease: what are the mechanisms? *European Heart Journal*, 29, 640-648.
- Cohen, S. y Williamson, G. M. (1991). Stress and infectious disease in humans. *Psychological Bulletin*, 130, 5-24.

- Dickerson, S.S. y Kemeny, M.E., (2004). Acute stressors and cortisol responses: a theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychological Bulletin*, 130, 355–391.
- Kulkarni, S., O'Farrel, I., Erasi, M., y Kochar, M. S. (1998). Stress and hypertension. *Wisconsin Medical Journal*, December, 34-38.
- Pruessner, M., Hellhammer, D. H., Pruessner, J. C., y Lupien, S. J. (2003). Self-reported depressive symptoms and stress levels in healthy young men: associations with the cortisol response to awakening. *Psychosomatic Medicine*, 65, 92-99.
- Schulz, P., Kirschbaum, C., Prüssner, J., y Hellhammer, D. H. (1998). Increased free cortisol secretion after awakening in chronically stressed individuals due to work overload. *Stress Medicine*, 14, 91-97.
- Selye, H., (1956). *The Stress of Life*. McGraw-Hill, New York, NY US.
- van der Meij L., Buunk A.P. y Salvador A. (2010). Contact with attractive women affects the release of cortisol in men. *Hormones and Behavior*, 58, 501-505.
- Wüst, S., Wolf, J., Hellhammer, D. H., Federenko, I., Schommer, N., y Kirschbaum, C. (2000). The cortisol awakening response - normal values and confounds. *Noise Health*, 7, 77-85.

Manuscrito recibido el 21 de julio de 2011.
Aceptado el 19 de septiembre de 2011.