

Fecha: 14-02-2026  
 Medio: El Mercurio  
 Supl.: El Mercurio - Cuerpo A  
 Tipo: Noticia general  
 Título: El amor a primera vista tarda entre 3 y 30 segundos en ocurrir

Pág.: 8  
 Cm2: 477,2

Tiraje: 126.654  
 Lectora: 320.543  
 Favorabilidad: ☐ No Definida

TERESA LEIVA UBILLA

Mirar a una persona y sentir un "flechazo" no es una invención de las películas. La ciencia asegura que hay factores que hacen que ciertas personas sientan una atracción inmediata, aunque no sean conscientes de qué las llevó a fijarse en ese otro.

Según la neuróloga y académica de la Facultad de Medicina de la U. San Sebastián Giesela Hornung, la simetría es un factor que se busca de forma inconsciente desde tiempos ancestrales: "Antes era común que lo asimétrico fuera equivalente a enfermedad". Lo mismo sucedía con la caída del pelo y los dientes: "Las personas se van a fijar en aspectos físicos que denoten buena salud (...). Las expresiones faciales también pueden denotar salud mental y mientras más sano, más atractivo".

Pero eso no es todo, también hay otros factores relacionados con la procreación y la seguridad. Una vez que la información llega a la corteza visual, "se activa el sistema autónomo en el hipotálamo, en el cual se analizan los factores que influyen en la preservación de la especie, como las caderas anchas en las mujeres, que se asocia a fertilidad (...). En el sistema límbico, paralelamente, estos estímulos se asocian a emociones positivas", explica la bióloga y neurocientífica del Instituto de Ciencias Naturales de la U. de Las Américas Viña del Mar, Ana Abbott.

Coincide el médico ginecólogo y director general del Centro de Estudios de la Sexualidad Chile (CESCH), Christian Thomas: "Las mujeres se pueden fijar en las mandíbulas fuertes, espaldas anchas, manos que se vean hábiles para el trabajo, y en alguien con mayor altura".

Sin embargo, no todo es un tema evolutivo. "También hay rasgos de las personas que son atractivos porque se nos hacen familiares", agrega Thomas. Repetir patrones en la selección de pareja, por ejemplo, alguien con ciertos gustos o parecidos físicos,

"El cerebro habla primero y muchas veces lo hace con una sorprendente precisión", explica una neuróloga. La ciencia revela que detrás de esta atracción inicial actúan feromonas, genes, neurotransmisores y recuerdos, pero también factores culturales.

se explicaría como "buscar la pecera en que sé mejor nadar". "Hay ciertos tipos de nariz, timbres de voz y formas de caminar que nos conectan con nuestra historia personal", señala el doctor.

"Desde que somos bípedos, el principal estímulo que entra a nuestro cerebro es el visual. En los animales cuadrúpedos, en cambio, suele predominar el olfato", agrega.

Ese sentido, aunque no es el principal, sigue siendo clave. Para preservar la especie, las feromonas

Una "cascada química" es la que vive el cerebro en el momento del "flechazo".

que expelen nuestros cuerpos tienden a atraer a personas con material genético distinto —e incluso opuesto— al nuestro, porque esa combinación aumenta la diversidad genética en una posible descendencia. "Decimos que los opuestos se atraen porque un conjunto de genes más diversos permite que el sistema inmunológico del potencial hijo pueda responder mejor a enfermedades", explica Thomas.

Además, el terapeuta y fundador de Vivir en Pareja, Ricardo Cariaga, añade que cuando se está recién conociendo a alguien se le atribuyen "cualidades que están en nuestras cabezas", por factores personales y culturales que influyen en lo que se busca en otra persona: "De manera inconsciente nos preguntamos si nuestra elección va a ser aprobada o no por nuestro entorno (...). Ahí influyen las costumbres de las personas, su forma de vestir y su nivel socioeconómico, por ejemplo".

#### Menos de un minuto

Todo esto influye en el cerebro: "Dentro del sistema límbico, que controla las emociones, se apaga la corteza prefrontal y se nubla el juicio", afirma Abbott, lo que se conoce como estar "loco de amor". La neurocientífica agrega: "La disminución de serotonina produce una atención focalizada y en vez de fijarse en muchas mujeres, el hombre, por ejemplo, se fija solo en una".

Hornung, por su parte, asevera que el cerebro "puede determinar si alguien despierta interés romántico en un lapso entre 3 y 30 segundos, aproximadamente (...). El amor a primera vista no

#### Factor hormonal

Las hormonas que más intervienen en un "flechazo" son la dopamina, porque activa el sistema de recompensa del cerebro; la oxitocina, que se libera con el contacto físico y fortalece el vínculo; y la noradrenalina, que activa el estado de alerta y se manifiesta en síntomas físicos como nervios, sudoración y "mariposas en el estómago", explican los especialistas.

es un mito, pero tampoco es un destino asegurado".

De hecho, la especialista recalca que la reciprocidad está en manos de la suerte: "Yo puedo tener esa cascada química con una persona, pero esa puede no estar interesada o estar pensando en amistad. Yo hice mi *screening* y la definí como atractiva, pero eso no garantiza que la otra persona sienta lo mismo".

Afortunadamente, añade: "El cerebro habla primero y muchas veces lo hace con una sorprendente precisión".

Por otro lado, Cariaga describe esta sensación de atracción instantánea como "la primera puerta de entrada" al amor. Lo ejemplifica así: "Si el amor fuera un auto, el afecto sería el motor, el compromiso la carrocería y la pasión el combustible".

Todas las partes son igual de importantes para forjar el amor: "Se requiere de esas tres cosas para hacer una vida juntos, para cuidarse mutuamente, respetarse y colaborar", agrega.

#### ¿Cuántas veces se puede estar "apasionadamente enamorado"?

Investigadores del Kinsey Institute (EE.UU.) les preguntaron a más de 10 mil adultos solteros cuántas veces se habían sentido "apasionadamente enamorados" en sus vidas. En promedio, la respuesta fue dos veces. Sin embargo, el 14% reconoció nunca haberse sentido así; el 17%, tres veces, y el 11%, cuatro o más.



FREEM/CREATIV/COMMONS