



# Monografías: Curso de Capacitación Docente en Neurociencias

Alumna: **Gabriela Castellano**

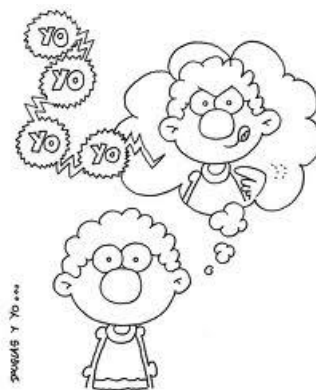
## *Altruismo y Neurotransmisores*

### *Una relación posible*

A lo largo de la historia de la humanidad pudo observarse que en el modo de vincularse de las personas se ponen en juego múltiples factores que van desde lo psicológico, biológico y emocional hasta factores sociales, culturales y ambientales. Estableciéndose que cada persona se vincula con los otros a partir de su propia forma de ver el mundo y de sus aprendizajes más significativos. Por ende, son variadas las vinculaciones y las conductas que se manifiestan en las interacciones sociales.

Como caras de una misma moneda puede mencionarse el par: **Egoísmo – Altruismo** como uno de los modos de relacionarse.

En la interacción grupal una conducta **egoísta** implica la falta de interés por el prójimo debido al excesivo amor hacia uno mismo que conlleva a realizar acciones teniendo como única finalidad la propia conveniencia.



Mientras que la palabra **Altruismo** alude a la conducta humana desinteresada que procura hacer el bien a los demás aun a costa del propio provecho. Actualmente también puede significar dar y tener en cuenta a los otros sin necesidad de dejarse a uno mismo de lado.

Las conductas altruistas fueron estudiadas desde diversas disciplinas y marcos teóricos focalizando en la interacción social.

Así como también despertaron el interés de científicos e investigadores que desde el enfoque de las *Neurociencias*, como disciplina que estudia la relación existente entre el cerebro y el comportamiento humano, lograron aseverar que una acción o conducta

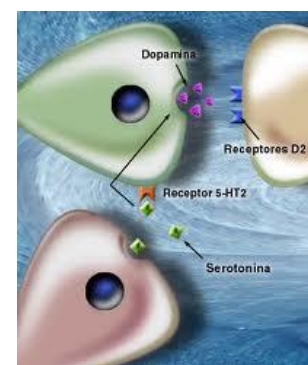


altruista produce una importante liberación de neurotransmisores en forma natural durante el proceso químico cerebral llamado *sinapsis* donde las neuronas se comunican al contactarse en puntos específicos entre unas y otras y así liberan los neurotransmisores llamados **Dopamina** y **Serotonina** que son los implicados en esta

relación.

La **Dopamina** es el responsable de elevar la sensación de placer, poder, concentración y de percepción del aumento de la energía física y mental.

Mientras que la **Serotonina**, por el contrario, produce un estado mental de calma y serenidad con predominio de la razón y no de la emoción. Ambos neurotransmisores se necesitan entre sí para generar un estado de felicidad interior, la Dopamina precisa interactuar con la Serotonina de una manera que aún no es del todo conocida.



Con la liberación de la Dopamina las personas se sienten más optimistas y entusiasmadas frente a las acciones que emprenden porque tienen una mayor motivación al actuar. De esta manera en la interacción social donde se produce la acción altruista la liberación de neurotransmisores impacta de manera positiva en la persona que la realiza demostrando que el hecho de confiar y brindar ayuda a los otros se recompensa fuertemente en el cerebro.

Otra definición de la palabra altruismo la explica como "solidaridad interpersonal". Sabemos que algunas personas manifiestan una mayor tendencia a desarrollar conductas altruistas, cabría preguntarse si son aquellas personas en las que se pone en juego su **inteligencia interpersonal** por sobre



su inteligencia intrapersonal (encargada de la autoconciencia, automotivación, control emocional), incluyéndose ambas dentro de las **inteligencias múltiples** que cada uno tiene pero que predominan unas por sobre otras.

La inteligencia interpersonal puede basarse en la capacidad de ser empático, es decir, poder entender qué están sintiendo otras personas y ver situaciones desde su perspectiva.

Tal vez podría decirse que toda conducta altruista encubre o se basa en el hecho de poder ponerse en el lugar del otro manifestando una conducta empática.



Por todo lo anterior podría concluirse que las conductas altruistas significan mucho más que brindar muestras de solidaridad y cooperación desinteresada entre los hombres sino que además implican mecanismos cerebrales que hacen sentir bien a las personas a través de los neurotransmisores mencionados, por lo tanto, las conductas altruistas resultan beneficiosas tanto a nivel interpersonal como individual. **Ha ponerlas en práctica...**

Lic.Gabriela A. Castellano