

La exclusión social provoca el mismo dolor que una herida física por: Vanessa Marsh

Una investigación desarrollada en la Universidad de Los Ángeles ha descubierto que el cerebro humano reacciona de la misma forma cuando se produce una herida física que cuando una persona sufre un episodio de exclusión social. Para los artífices de esta investigación, esta reacción significa que para el cerebro la necesidad de relaciones sociales es tan básica y fundamental como la del alimento. La exclusión accidental, sin embargo, no provoca reacción particular en el cerebro.

La exclusión social provoca en el cerebro la misma reacción química que desencadena una herida física, lo que significa que la necesidad de relaciones sociales es tan básica y fundamental como la del alimento, según ha comprobado un equipo de psicólogos de la Universidad de Los Ángeles en California y de la Universidad Macquarie, de Sydney (Australia).

Comúnmente se piensa que el daño causado por una exclusión social es sólo mental, pero la investigación realizada por este equipo de psicólogos ha demostrado que tanto un daño físico como la marginación social activan las mismas regiones cerebrales.

Tal como explican los autores de esta investigación en la revista Science, a través del uso de la imagen por resonancia magnética funcional (IRM) han seguido la actividad cerebral de trece voluntarios durante un sencillo experimento.

El experimento consistía en la participación en un juego de ordenador a través del cual se provocaba deliberadamente la marginación de algunos participantes. Los investigadores comprobaron que los excluidos del juego registraban una intensa actividad del córtex singular anterior (CCA), región del cerebro que se activa al detectar un dolor físico.

El experimento constató también en los excluidos la implicación del córtex prefrontal ventral, cuya función consiste en regular la angustia que desencadena el dolor y en reducir la actividad del CCA, lo que desvela que, cuando ocurre un episodio de exclusión social, el cerebro actúa de la misma forma que cuando se produce una lesión física.

Misma intensidad

Tal como explica también al respecto un comunicado de la Universidad de Los Ángeles, el dolor físico y el psicológico tienen la misma intensidad a efectos del cerebro, por lo que la expresión “le partió el corazón”, atribuida a personas con desavenencias con otras personas, tiene un sentido literal además del metafórico.

Aunque racionalmente consideremos que los episodios de marginación social, que son muy frecuentes en todas las etapas de la vida, ya sea en el trabajo, en la familia o en el colegio, no tienen mayor importancia, la realidad es que provocan una reacción similar a la del dolor físico y que dejan una huella equivalente en la memoria del sujeto.

Para los autores de esta investigación, seguramente esta reacción cerebral ante la

marginación es consecuencia de la importancia adquirida por las relaciones sociales durante la evolución de los mamíferos, que en algunas etapas de la vida llegan a ser indispensables para la supervivencia.

Según esta teoría, la reacción cerebral ante la exclusión social debe interpretarse como un aviso de la naturaleza para que el sujeto proceda a la integración antes de que sea demasiado tarde para su vida, ya que el cerebro ha concedido la misma importancia y gravedad a una lesión física que a una exclusión social.

Curiosamente, además, el estudio determinó que para que la reacción cerebral frente a la exclusión social se produzca, es necesario que el sujeto sea consciente de que está siendo marginado. Esto pudo comprobarse porque en una de las fases del juego de ordenador, algunos participantes quedaban excluidos como si se tratara de un error técnico, sin que por ese motivo el cerebro reaccionara de forma particular. Sólo activaba los mecanismos del dolor cuando el sujeto percibía que los demás le estaban dejando al margen.

Fuente: [Revista electrónica Tendencias 21. Artículo publicado el 11 de octubre del 2003.](#)

Publicado en línea por: [Dawn Twomey](#) el 17/05/04