

Allan y Barbara PEASE

**POR QUÉ LOS
HOMBRES NO
ESCUCHAN
Y
LAS MUJERES
NO ENTIENDEN
LOS MAPAS**

*Por qué somos tan diferentes
y qué podemos hacer para llevarlos bien*



ALFONSO

Annotation

Las Mujeres critican a los hombres por ser insensibles y descuidados, por no escuchar, por no ser afectuosos ni considerados, por no comunicarse, por no expresarles todo el amor que ellas necesitan, porque nunca encuentran nada en la nevera, por no comprometerse en las relaciones, por preferir el sexo a hacer el amor y por dejar la tapa del inodoro levantada.

Los Hombres critican a las mujeres por su forma de conducir, por mirar los mapas al revés, por su falta de sentido de la orientación, por utilizar los lavabos como salas de reuniones, por hablar demasiado sin ir al grano, por no inmar la iniciativa más a menudo en el sexo y por dejar bajada la tapa del inodoro.

¿Por qué? Porque los hombres y las mujeres son diferentes. El propósito de los autores es divulgar, de modo ameno y divertido, las diferencias entre ambos, para que las relaciones de pareja sean más gratificantes, placenteras y satisfactorias.

ALLAN y BARBARA PEASE

Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas

Título original: *Why men don't listen & Women can't read maps*

Traducción: Esther Gil San Millán

© Pease Training International, Mona Vale, Australia, 1999

Booket: septiembre de 2008 Segunda impresión: diciembre de 2008

ISBN: 978-84-08-08186-9

ocr: slstc 2012

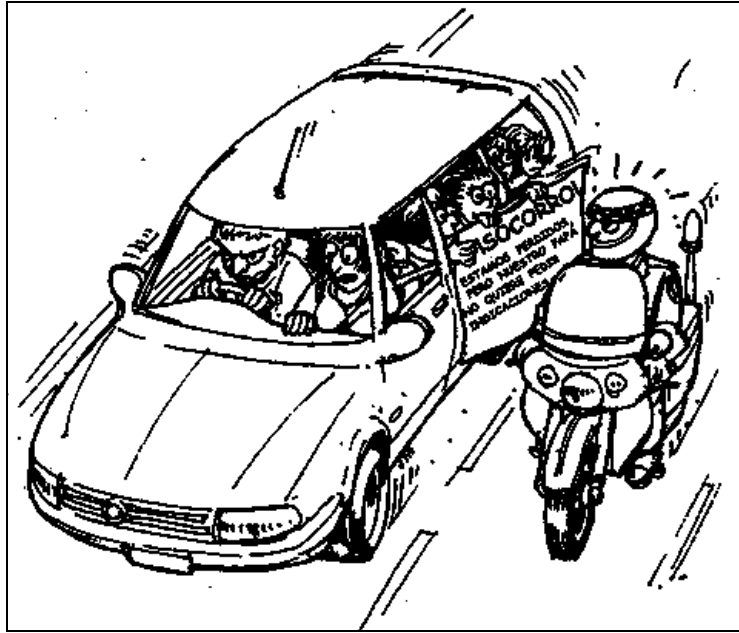
fb2: slstc 2012

Barbara Pease es directora general de Pease International, empresa especializada en la investigación y la formación sobre las diferencias de género, y dedicada a la producción de vídeos, cursos de formación y seminarios para empresas y gobiernos de todo el mundo.

Allan Pease ofrece seminarios sobre relaciones humanas por todo el mundo y es el autor de *El lenguaje corporal*, un libro del que se han vendido más de cuatro millones de ejemplares. Sus series alcanzan una difusión de más de cien millones de telespectadores.

Coautores de los éxitos en ventas *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* y *Por qué los hombres no se enteran y las mujeres siempre necesitan más zapatos*, ambos disponibles en Booket, los Pease son padres de cuatro hijos y dividen su tiempo entre Inglaterra y su Australia natal.

Introducción



UN DOMINGO DE EXCURSIÓN

Una tarde calurosa, Bob y Sue decidieron llevar a sus tres hijas a dar un paseo por la playa. Bob iba conduciendo el coche mientras que Sue estaba sentada a su lado, girándose cada dos por tres para meter baza en la animada conversación que mantenían sus hijas. Para Bob era como si todas estuviesen hablando a la vez y sus voces formaban tal algarabía que resultaba imposible poder entender algo. Llegó un momento en que Bob no pudo aguantarlo más:

«¿Os podéis callar?» gritó.

En seguida hubo un gran silencio.

«¿Por qué?» preguntó Sue, al momento.

«¡Pues porque estoy intentando conducir!» contestó bastante alterado.

Las niñas y la madre se miraban sin entender nada. «¿Intentando conducir?» susurraban las niñas.

No podían ver conexión alguna entre la conversación que estaban manteniendo y la capacidad de su padre para conducir. Sin embargo, él no podía entender porqué hablaban todas a la vez de temas diferentes cuando parecía que no se estaban escuchando entre sí. ¿Por qué no podían estarse calladas para que así él se pudiese concentrar en conducir? Por su culpa, se le había pasado la última salida de la autopista.

El problema fundamental de este ejemplo es bastante sencillo: los hombres y las mujeres son distintos. Esto no significa que unos sean mejores o peores que otros, simplemente son diferentes. Hace tiempo que los científicos, los antropólogos, y los sociobiólogos lo saben, pero también sabían que divulgar dicha información públicamente en un mundo donde todo parece ser políticamente correcto podría provocar su rechazo social. La sociedad de hoy en día parece obstinarse en creer que los hombres y las mujeres poseen las mismas capacidades, aptitudes y potenciales cuando paradójicamente la ciencia está empezando a demostrar que ambos sexos son completamente diferentes.

Por consiguiente, ¿qué significa todo esto para nosotros?

Como sociedad en general, significa que estamos pisando arena movediza. Sólo cuando asimilemos las diferencias entre los hombres y las mujeres podremos empezar a reforzar los puntos fuertes de un colectivo en vez de centrarnos en las debilidades individuales. En este libro, destacaremos el importante progreso que últimamente se ha llevado a cabo en el estudio de la evolución humana e intentaremos aplicar la nueva información científica a las relaciones entre hombres y mujeres. Anticipamos que algunas de las conclusiones serán controvertidas. Sin duda, habrá detractores y puede que algunas de las ideas sean molestas. Sin embargo, globalmente aportarán un sólido conocimiento sobre muchas conductas que parecen inexplicables tanto en el hombre como en la mujer. Si Bob y Sue hubiesen leído este libro antes de ponerse en camino...

Las dificultades para escribir el libro

Tardamos tres años y tuvimos que recorrer más de 400.000 km para poder escribirlo. Durante el proceso de investigación estudiamos artículos, entrevistamos a especialistas e impartimos seminarios en Australia, Nueva Zelanda, Singapur, Tailandia, Hong Kong, Malasia, Inglaterra, Escocia, Irlanda, Italia, Grecia, Alemania, Holanda, España, Turquía, Estados Unidos, Sudáfrica, Botswana, Zimbabwe, Zambia, Namibia y Angola.

Una de las tareas más arduas fue conseguir que tanto las organizaciones públicas como las privadas

accediesen a dar sus opiniones sobre los hechos. Por ejemplo, menos del 1% de los pilotos de las líneas aéreas comerciales son mujeres. Cuando intentamos comentar este hecho con los portavoces de las líneas aéreas, muchos se mostraban reticentes a expresar su opinión por miedo a que se les acusase de sexistas. La mayoría se pronunciaban con un «sin comentarios» y algunas organizaciones afirmaron llevar a cabo las amenazas si el nombre de su empresa se citaba en el libro. Las mujeres ejecutivas se mostraron más propensas a colaborar, aunque muchas de ellas tomaron inmediatamente una actitud a la defensiva al contemplar la investigación como un ataque al feminismo sin indagar más sobre el objetivo del estudio. Muchas de las opiniones de autoridades que hemos documentado fueron obtenidas de forma «no oficial» de boca de ejecutivos de empresas y profesores de universidad que dieron su opinión en habitaciones con poca luz o detrás de puertas cerradas, asegurándose en todo momento, de que no se les citaría a ellos ni a sus organizaciones. La mayoría tenían una doble opinión: la opinión pública y políticamente correcta, y su verdadera opinión, que «no se puede citar».

Seguramente percibirá los retos del libro y, sin duda, lo encontrará apasionante puesto que, además de estar basado en evidencias científicas, hemos utilizado un amplio abanico de conversaciones, creencias y escenas diarias cómicas y desternillantes para que el libro fuese lo más ameno posible. Nuestro objetivo al escribir este libro ha sido ayudarle a usted, el lector, a aprender más sobre usted mismo y sobre el sexo opuesto para que sus relaciones puedan ser más gratificantes, placenteras y satisfactorias.

Este libro está dedicado a todos los hombres y mujeres que alguna vez se han encontrado sentados a las dos de la madrugada tirándose de los pelos por no ponerse de acuerdo en una discusión interminable con su compañero: «¿Pero *porqué* no eres capaz de entenderlo?». Las relaciones de pareja suelen fracasar porque los hombres todavía no entienden que una mujer no es como un hombre y porque las mujeres esperan que sus maridos se comporten como ellas. Con este libro, además de llegar a comprender al sexo opuesto, se entenderá a sí mismo y, como resultado, aprenderá a llevar una vida más feliz, saludable y armoniosa para los dos.

BARBARA Y ALLAN PEASE

La misma especie, mundos diferentes



LA EVOLUCIÓN DE UNA CRIATURA IMPONENTE

Los hombres y las mujeres son diferentes. Eso no significa que unos sean mejores que otros, sino que sencillamente son diferentes. Una de las pocas cosas que tienen en común es que ambos pertenecen a la misma especie, pero viven en mundos diferentes, con diferentes valores que corresponden a normas divergentes. Todo el mundo lo sabe, pero son muy pocos, sobre todo cuando se trata de hombres, los que están dispuestos a aceptarlo. Sin embargo, la verdad está a la vista y basta con observar las evidencias. En los países occidentales, alrededor del 50% de los matrimonios terminan en divorcio y la mayoría de las relaciones que se consideran serias terminan al poco de establecerse como tal. Independientemente de la cultura, religión o raza a la que pertenezcan, todos los hombres y las mujeres rebaten la opinión, la actitud y las creencias de su pareja.

Algunas diferencias resultan obvias

Cuando un hombre va al aseo suele ir por una única razón, mientras que las mujeres utilizan los lavabos como salas sociales y habitaciones terapéuticas. Es absolutamente verosímil que dos mujeres entren en un lavabo siendo totalmente desconocidas y salgan siendo amigas íntimas y de por vida. Por el contrario, y en el caso de los hombres, la gente sospecharía si uno gritara a otro: «Hey, Frank, voy al lavabo, ¿quieres venir conmigo?».

Los hombres se apoderan del mando a distancia del televisor y les encanta cambiar de canal mientras que a las mujeres les suele dar igual ver los anuncios publicitarios. Cuando están sometidos a una gran presión, los hombres beben alcohol e invaden otros países mientras que las mujeres prefieren comer chocolate e ir de compras.

Las mujeres critican a los hombres por ser insensibles y descuidados, por no escuchar, por no ser afectuosos y compasivos, por no comunicarse, por no expresarles todo el amor que ellas necesitan, por no comprometerse en las relaciones, por preferir el sexo a hacer el amor y por dejar la tapa del inodoro levantada.

Los hombres critican a las mujeres por su forma de conducir, por no entender las guías, por mirar los mapas al revés, por su falta del sentido de la orientación, por hablar demasiado sin ir al grano, por no tomar la iniciativa en el sexo más a menudo y por dejar bajada la tapa del inodoro. Parece que los hombres nunca son capaces de encontrar nada, pero siempre tienen ordenados los compact-discs alfabéticamente. Las mujeres siempre se las apañan para encontrar el juego de llaves que se había extraviado, pero nunca encuentran el camino más corto para ir a un destino. Los hombres se creen el sexo más sensato. Las mujeres *saben* que lo son.

¿Cuántos hombres se necesitan para cambiar un rollo de papel de wáter?

No sé sabe porque nunca se ha dado el caso.

Los hombres se quedan maravillados de la capacidad de las mujeres para entrar en una sala llena de gente y poder hacer inmediatamente un comentario sobre cada uno de los presentes. Por su parte, las mujeres no pueden creerse que los hombres puedan ser tan poco observadores. Los hombres se quedan

asombrados de que una mujer no sea capaz de ver la luz roja intermitente del aceite en el «cuadro de mando» del coche y que, sin embargo, detecte sin problemas un calcetín sucio en un rincón oscuro a 50 metros. Las mujeres se quedan atónitas de que un hombre pueda aparcar en línea en un espacio minúsculo mirando por el espejo retrovisor y, pese a todo, nunca sepa encontrar el punto G.

Si una mujer está conduciendo y se da cuenta de que está perdida, parará donde pueda y le pedirá a alguien que le indique el camino. Un hombre considera este acto una clara muestra de debilidad y por eso no le importa conducir en círculos durante horas y horas murmurando frases como: «Mira, he encontrado una nueva forma de llegar aquí» o «Sé que estoy muy cerca» y «¡Sí, me acuerdo de esa gasolinera!».

Diferentes especialidades

Los hombres y las mujeres han evolucionado de forma diferente porque tenía que ser así. Al principio de la historia los hombres cazaban y las mujeres recolectaban. Los hombres tenían la obligación de proteger a la familia y las mujeres se encargaban de criar a los hijos. Como consecuencia de la diferencia de actividades, sus cuerpos y cerebros evolucionaron de forma diferente.

Sus cuerpos se fueron adaptando físicamente a las funciones concretas que realizaban y también sus mentes. Los hombres fueron ganando altura y desarrollando más fuerza que la mayoría de mujeres y sus cerebros también se desarrollaron para adaptarse a las tareas que debían realizar. Las mujeres estaban satisfechas de que los hombres estuviesen todo el día fuera de casa mientras que ellas se dedicaban a avivar el fuego en las cuevas y a criar a los niños. Por ello, sus cerebros también evolucionaron para adaptarse a las funciones que realizaban diariamente.

Durante millones de años, las estructuras mentales de los hombres y las mujeres continuaron evolucionando y cambiando según las funciones que debían realizar. Hoy en día, está demostrado que ambos sexos procesan información de distinta forma. Piensan de forma diferente y creen cosas diferentes porque tienen diferentes percepciones, prioridades y conductas.

Afirmar lo contrario es una receta segura para provocar dolores de cabeza, confusión y desilusión a lo largo de su vida.

La discusión sobre los «estereotipos»

Desde finales de los ochenta, se ha producido un auge en la investigación sobre las diferencias entre hombre y mujer, así como sobre las diferencias en el funcionamiento del cerebro de ambos sexos. Por primera vez en la historia, un avanzado equipo informático de escáner cerebral ha permitido observar el funcionamiento del cerebro «en directo» y, ese rápido vistazo en el vasto panorama de la mente humana, nos ha aportado muchas respuestas a las preguntas sobre las diferencias entre el sexo femenino y masculino. Los datos que se presentan en este libro se han extraído de estudios científicos, médicos, psicológicos y sociológicos. Todos estos estudios coincidían en un punto: que los hombres y las mujeres son distintos. Durante la mayor parte del s. XX estas diferencias se explicaron mediante condicionantes sociales, es decir, que somos quienes somos debido a las actitudes de nuestros padres y profesores que, a su vez, eran un reflejo de las actitudes de su sociedad. Si un bebé nacía y era niña se le vestía de rosa y más adelante le daban muñecas para jugar. En cambio, si era niño le vestían de azul y le daban soldaditos y camisetas de fútbol. A las niñas las abrazaban y las acariciaban mientras que a los niños les daban una palmada en la espalda y les enseñaban a no llorar. Hasta hace poco se creía que cuando un bebé nacía, su mente era una tabla rasa en la que los profesores podían escribir sus elecciones y preferencias. La evidencia biológica disponible en la actualidad muestra una realidad diferente acerca de por qué pensamos de una forma determinada, demostrando convincentemente que los responsables de nuestras actitudes, preferencias y conducta son las hormonas y la estructura cerebral. Por lo tanto, si niñas y niños creciesen en una isla desierta en la que no existiese ningún tipo de sociedad organizada o padres que les pudiesen guiar, las niñas seguirían abrazándose, acariciándose, haciendo amigos y jugando con muñecas mientras que los niños intentarían competir física y mentalmente y tenderían a la formación de grupos con una clara jerarquía.

Tanto la estructura de nuestro cerebro, formada en el útero, como el efecto de las hormonas; determinan nuestra forma de pensar y nuestra conducta.

Así, tal y como podrá comprobar más adelante, la forma en que nuestros cerebros están estructurados y las hormonas que recorren nuestro cuerpo son los dos factores principales que dictan nuestra forma de pensar y actuar mucho antes de que nazcamos. El instinto es sencillamente el conjunto de genes que determina la forma en que actuará una persona en función de una serie de circunstancias.

¿Se trata tal vez de una conspiración masculina?

Desde la década de los sesenta, un gran número de grupos de presión han intentado persuadirnos para que nos enfrentemos a nuestro legado biológico. Sostenían que los gobiernos, las religiones y los sistemas educativos eran una estrategia desarrollada por los hombres para reprimir y dominar a las mujeres, para evitar que las que tenían talento escalasen posiciones en la sociedad. Asimismo, aseguraban que promover el embarazo era una forma para mantenerlas aún más controladas.

Es cierto que, considerando la historia, parece que los factores sociales eran los determinantes. Sin embargo, surge una pregunta inevitable: si las mujeres y los hombres son idénticos biológicamente, como estos grupos afirman, ¿cómo es posible que los hombres hayan obtenido siempre tal hegemonía en el mundo? El estudio del funcionamiento del cerebro nos ofrece muchas respuestas. No somos idénticos. Los hombres y las mujeres deberían ser iguales en cuanto a los derechos y oportunidades para ejercer todo su potencial, pero no son idénticos en cuanto a sus capacidades innatas. La pregunta de si los hombres y las mujeres son *iguales* pertenece al ámbito político o moral, en cambio, la de si son *idénticos* pertenece al ámbito científico.

La igualdad entre hombres y mujeres es un tema político o moral; las diferencias innatas son un tema científico.

La mayoría de la gente que se resiste a la idea de que los factores biológicos afectan nuestra conducta suele ser porque mantiene una posición opuesta al machismo. Aún así, están confundiendo los términos *igual e idéntico*, que son dos cosas completamente diferentes. En este libro, usted podrá observar las evidencias científicas que confirman que los hombres y las mujeres son significativamente diferentes física y mentalmente, o sea que no son lo mismo.

Hemos estudiado e investigado los últimos descubrimientos en paleontología, etnología, psicología, biología y neurología. En la actualidad, las diferencias entre el cerebro del hombre y el de la mujer son claras y están más allá de cualquier especulación, prejuicio o duda razonable.

En los momentos en los que en el libro se destacan las diferencias entre los hombres y las mujeres, muchos lectores pueden pensar «No, yo no soy así, yo no hago eso». Es posible que ellos, en particular, no se identifiquen con esas afirmaciones, pero deben tener en cuenta que en el libro hablaremos de los hombres y las mujeres *en general*, es decir, trataremos la conducta que los hombres y las mujeres presentan la mayor parte de las veces, en la mayoría de circunstancias y a lo largo de la historia. «En general» significa que si usted entra en una sala llena de gente se dará cuenta de que los hombres suelen ser más altos y más corpulentos que las mujeres, en realidad son un 7% más altos y sobre un 8% más corpulentos. Puede ser que la persona más alta o más corpulenta en la sala sea una mujer, pero en general se puede afirmar que los hombres son más altos y más corpulentos que las mujeres. En el libro *Guinness de los Récords*, las personas más altas y grandes que se citan son hombres. El récord de persona más alta del mundo lo ostenta Robert Peshing que medía 2,79 metros y la persona más alta de 1998 fue el pakistaní Alan Channa que alcanzaba los 2,31 metros de altura. Los libros de historia están repletos de menciones a «el gran Juan» o «la pequeña Susana». No se trata de machismo, sencillamente son hechos.

La posición de los autores

A medida que avancen en la lectura del libro, puede que algunas personas empiecen a sentirse halagadas, agredidas o molestas. Estas reacciones se deben a que, en mayor o en menor medida, son víctimas de filosofías idealistas que exponen que ser hombre o mujer es lo mismo. Por ello, es imprescindible que antes que nada, aclaremos nuestra posición al respecto. Nosotros, los autores, hemos escrito este libro con el propósito de ayudar a los lectores a desarrollar y mejorar sus relaciones con personas de ambos sexos. Creemos que los hombres y las mujeres deberían contar con las mismas oportunidades para desarrollar una carrera profesional sea cual sea el ámbito que elijan y consideramos que las personas que tienen una calificación similar deberían recibir la misma compensación por el mismo esfuerzo realizado.

Diferencia no es antónimo de igualdad. Igualdad significa ser libre para tomar nuestras propias decisiones y diferente significa que, como hombres o mujeres, podemos perseguir objetivos diferentes.

Nuestro propósito es estudiar, de forma objetiva, las relaciones entre los hombres y las mujeres, explicar su papel a lo largo de la historia, explicar los significados e implicaciones ocultos e intentar exponer técnicas y estrategias para que el lector tenga relaciones más satisfactorias con ambos sexos. Iremos al grano y no nos extenderemos en suposiciones o clichés políticamente correctos. Si algo parece un pato, hace el ruido de un pato, camina como un pato y hay evidencias que demuestran que es un pato, entonces nos referiremos a él con ese nombre.

La evidencia que se presenta en el libro confirma que el sexo masculino y el femenino están intrínsecamente *predispuestos* a comportarse de forma diferente. Con esta afirmación no estamos sugiriendo que cada sexo esté destinado a comportarse de una manera determinada.

Naturaleza frente a educación

Melissa dio a luz a dos gemelos, un niño y una niña. A Jasmine la arroparon con una mantita rosa y a Adam con una azul. Los familiares le llevaron a la niña muñecos de goma y peluches, mientras que al niño le llevaron una pelota pequeña y una camiseta de fútbol diminuta. A Jasmine, todos le hacían arrumacos y le decían cariñosamente que era una niña guapísima y monísima, aunque sólo las mujeres de la familia la tomaban en brazos y la acunaban. Si los familiares eran hombres, solían prestarle más atención a Adam, le hablaban más alto, le tocaban el ombligo, lo zarandeaban arriba y abajo y le hablaban de su brillante futuro como jugador de fútbol.

Seguro que estas descripciones nos resultan familiares a todos, pero a raíz de esta conducta, surge la siguiente pregunta: «¿la conducta que presentan los adultos se debe a los factores biológicos o a una conducta aprendida que ha perdurado generación tras generación? ¿Se trata de una cuestión de naturaleza o de educación?»

Durante la mayor parte del s. XX, los psicólogos y sociólogos creyeron que nuestra conducta y preferencias se adquirirían de los condicionantes sociales y del entorno. Sin embargo, se sabe que la capacidad de educar y criar a los niños se aprende, puesto que las madres adoptivas, ya se trate de seres humanos o monos, suelen criar a sus hijos igual que las madres biológicas. Por otro lado, los científicos han afirmado que la biología, la química y las hormonas son los principales responsables de la conducta. A partir de 1990 se divulgaron una serie de evidencias aplastantes que confirmaban el argumento científico de que los seres humanos nacemos ya con una estructura que dictará y condicionará nuestra conducta. El hecho de que en la antigüedad los hombres se dedicaran a la caza y las mujeres a criar a los niños condiciona, incluso en la actualidad, nuestra conducta, creencias y prioridades. Un importante estudio realizado en la Universidad de Harvard demuestra que además de tratar de forma diferente a los bebés, dependiendo de que sean niños o niñas, también empleamos palabras diferentes. A las niñas se les suele

decir: «Está para comérsela», «¡Qué mona!» «Es preciosa» mientras que es frecuente oír decir a un niño «¡Hey, grandullón!» y «¡mira que fuerte estás!»

Aún así, que a las niñas les regalen muñecas *Barbie* y a los niños *Action Men* no afecta ni condiciona tanto su conducta como se cree, simplemente la refuerza. En esta línea, el mencionado estudio de Harvard concluyó que la conducta divergente hacia los niños o las niñas sólo acentuaba las diferencias que ya existían. Si ponemos un pato en un lago empezará a nadar. Si observamos al pato con detenimiento, notaremos que tiene los dedos de las patas unidos. Si analizamos su cerebro, comprobaremos que el pato tiene un «módulo para nadar» antes de nacer. El lago es sólo una circunstancia que está ahí, pero no es lo que provoca su conducta.

Las investigaciones demuestran que estamos más condicionados por los factores biológicos que por los estereotipos sociales. Somos diferentes porque la estructura de nuestro cerebro es distinta y, por ello, también vemos el mundo desde otro ángulo y tenemos valores y prioridades distintos. Esto no significa que sean mejores o peores, simplemente diferentes.

Una guía del comportamiento humano

Este libro es como una guía para viajar a una cultura y un país extranjeros. Contiene frases coloquiales y locales, lenguaje verbal y explicaciones de porqué los habitantes de ese país manifiestan esa conducta peculiar.

La mayoría de los turistas viajan al extranjero sin haber indagado demasiado con anterioridad y, por ello, se sienten intimidados o simplemente critican a los habitantes del país porque no les hablan en inglés o porque no comen hamburguesas y patatas fritas. Sin embargo, para poder disfrutar y enriquecerse de la experiencia de una cultura diferente hay que entender la historia y la evolución de ese pueblo. El siguiente paso es aprender las frases esenciales para la comunicación e intentar sumergirse en su estilo de vida a fin de poder experimentar y apreciar profundamente su cultura. De esta forma usted no parecerá o actuará como un turista típico (la clase de persona para quien es lo mismo viajar que estar sentado en el sofá *pensando* sobre otros países).

Este libro le enseñará a disfrutar y enriquecerse del conocimiento del sexo opuesto pero, para ello, es esencial que aprenda sobre su historia y su evolución.

Una vez, visitando el castillo de Windsor, en Inglaterra oí que un turista norteamericano decía: «es un castillo formidable pero ¿por qué lo han construido tan cerca del aeropuerto?»

Este libro se fundamentará en hechos y en casos reales. Trata de gente de carne y hueso, de investigaciones auténticas, de circunstancias que se dan en la realidad y de conversaciones que han sido grabadas. Usted no tiene porqué entender de dendritas, de cuerpo caloso, de neuropéptidos, de imágenes de resonancia magnética y de dopamina en la investigación de las funciones cerebrales. Nosotros tuvimos que documentarnos, pero en este libro intentaremos que la terminología sea sencilla para facilitar la lectura. También expondremos teorías y evidencias de una ciencia relativamente reciente llamada sociobiología que sostiene que nuestra conducta se explica gracias a nuestros genes y a nuestra evolución.

A lo largo del libro irá aprendiendo conceptos, técnicas y estrategias que están comprobados científicamente y además a la mayoría de la gente les parecen de sentido común. Hemos descartado todas aquellas técnicas, prácticas u opiniones que no están fundamentadas o comprobadas científicamente.

Hablaremos del gran mono desnudo moderno, el mono que controla el mundo con los ordenadores gigantes y que puede aterrizar en Marte, pero que proviene directamente del pez. Fueron necesarios millones de años para formarnos como especie pero, hoy en día, estamos inmersos en un mundo de tecnología, en una sociedad políticamente correcta en la que casi no queda lugar para el estudio de la biología.

Tardamos casi 100 millones de años para crear una sociedad lo suficientemente sofisticada para poder enviar al hombre a la Luna, pero aquel hombre, al llegar al gran astro seguía teniendo que hacer sus necesidades al igual que sus primitivos antepasados. Los seres humanos pueden presentar ligeras variaciones de una cultura a otra, pero en el fondo nuestras necesidades biológicas son las mismas. Intentaremos demostrar que nuestras diferencias en la conducta se heredan de generación en generación y, como se observará, prácticamente no existen diferencias culturales.

Pasemos a analizar, ahora, la evolución de nuestro cerebro.

Cómo hemos llegado hasta aquí

Hace muchos, muchos años los hombres y las mujeres vivían juntos y trabajaban en armonía. El hombre se aventuraba cada día en un mundo hostil y peligroso y arriesgaba su vida cazando para traer comida a su mujer y a sus hijos. Además, les defendía de los animales salvajes y de los enemigos. Así, fue desarrollando su capacidad de orientación para poder localizar a sus presas y traerlas a casa. También desarrolló su capacidad como cazador para poder alcanzar cualquier blanco en movimiento. La descripción de su tarea estaba clara: buscar la comida y eso era lo que se esperaba de él.

Por otro lado, la mujer también se sentía valorada porque el hombre arriesgaba su vida por el cuidado de su familia. Su éxito como hombre se medía por su capacidad para matar y traer las presas a casa y se sentía valorado porque su familia apreciaba su esfuerzo. La familia dependía absolutamente de la capacidad del hombre para desarrollar sus tareas de buscar comida y de protector. En el pasado el hombre no necesitaba «analizar las relaciones» ni se esperaba que tirase la basura a la calle o que cambiase pañales.

El papel de la mujer también estaba muy bien delimitado. Haber sido designada la portadora del bebé, aseguraba la evolución de la especie y determinaba las capacidades que debía desarrollar para cumplir

ese papel a la perfección. Tenía que ser capaz de controlar los alrededores de la cueva, ser capaz de percibir cualquier señal de peligro, tener una excelente capacidad para orientarse en las distancias cortas, saber reconocer puntos de referencia para encontrar el camino de vuelta a la cueva y ser capaz de percibir el menor cambio en la conducta o la apariencia de los niños o los adultos. Las cosas eran sencillas: él era el *buscador de comida* y ella era la *defensora del hogar*.

Ella pasaba el día ocupándose de los niños, recolectando fruta, verduras y frutos secos y comunicándose con otras mujeres del grupo. No tenía que preocuparse, ya que el sustento principal lo aportaría el hombre y tampoco tenía que enfrentarse a los enemigos. Su éxito se medía por su capacidad para criar y cuidar a su familia. El hombre valoraba a la mujer por saber cuidar el hogar y criar a los niños. Además, el ser capaz de llevar a otro ser en el vientre se consideraba mágico e incluso sagrado, porque la mujer poseía el secreto de dar la vida. Era impensable pedirle a una mujer que cazase animales, que luchase contra enemigos o que encendiese el fuego.

La supervivencia era difícil, pero las relaciones eran sencillas y así continuó durante miles y miles de años. Al llegar la noche, los cazadores volvían a casa con sus presas. Estas se dividían en partes iguales entre los miembros de la familia y todos comían juntos en la cueva. El cazador ofrecía a la mujer parte de su presa a cambio de sus frutos y verduras.

Después de comer, los hombres se sentaban alrededor del fuego, mirando la lumbre fijamente, jugaban, relataban historias y hacían bromas. Era la versión prehistórica del hombre de hoy en día que se divierte cambiando de canal de televisión con el mando a distancia o leyendo el periódico. Los hombres primitivos estaban agotados del tremendo esfuerzo realizado en la caza, y por la noche se comportaban de la forma descrita para aunar fuerzas y reiniciarla al día siguiente. Las mujeres seguían ocupándose de los niños y asegurándose de que sus hombres se alimentaban y descansaban debidamente. Los dos apreciaban mutuamente sus esfuerzos. Los hombres eran considerados trabajadores y las mujeres no eran tratadas como criadas.

Estos sencillos rituales y conductas todavía existen en algunas civilizaciones antiguas, por ejemplo en Borneo, en algunas partes de África e Indonesia, en los aborígenes de Australia, en maorís de Nueva Zelanda y en los inuit de Canadá y Groenlandia. En estas culturas cada persona conoce y entiende a la perfección su papel. Los hombres aprecian los esfuerzos de las mujeres y viceversa. La contribución de cada uno de ellos a la familia es imprescindible para el bienestar y la supervivencia de todos los miembros. Sin embargo, los seres que pertenecen a países que se han desarrollado con el modelo occidental han sustituido estas normas por el caos, la confusión y la infelicidad.

No esperábamos que las cosas fueran así

En la actualidad, la unidad familiar no depende únicamente de los hombres y nadie espera que las mujeres se queden en casa cuidando de los hijos, la casa y haciendo la comida. Por primera vez en la historia, la mayoría de hombres y mujeres están confundidos sobre las tareas que deben realizar. Usted, el lector de este libro, pertenece a la primera generación de seres humanos que se tiene que enfrentar a circunstancias impensables para sus antepasados o incluso para sus padres. Por *primera vez*, queremos vivir en pareja por amor, por pasión y por realización personal, puesto que la supervivencia en la actualidad no es tan crítica. La estructura de la sociedad contemporánea asegura al ciudadano el nivel mínimo de supervivencia gracias a los fondos de pensión, la seguridad social, los estatutos de protección al consumidor y diversas instituciones gubernamentales. En este momento, nos podemos preguntar: ¿Cuáles son las nuevas normas? ¿Cómo y dónde las aprendemos? El objetivo de este libro será ofrecerle respuestas.

Por qué no podemos recurrir a nuestros padres

Si usted ha nacido antes de 1960 seguramente habrá crecido observando que sus padres se comportaban según las antiguas normas de supervivencia masculina y femenina. Estaban repitiendo la conducta que habían aprendido de sus padres, quienes, a la vez, estaban copiando de sus padres, que imitaban a sus padres y así podríamos remitirnos a los cavernícolas y sus roles perfectamente delimitados.

Hoy en día las normas son completamente diferentes y, por ello, no podemos recurrir a nuestros padres. La tasa de divorcio de los matrimonios modernos asciende al 50% y, si consideramos las parejas de hecho y las parejas homosexuales, la cifra *verdadera* de ruptura de parejas debe ser de un 70%. Está claro que necesitamos aprender nuevas normas para redescubrir una forma de vivir felices y de pasar intactos emocionalmente el umbral del s. XXI.

Seguimos siendo tan solo un animal

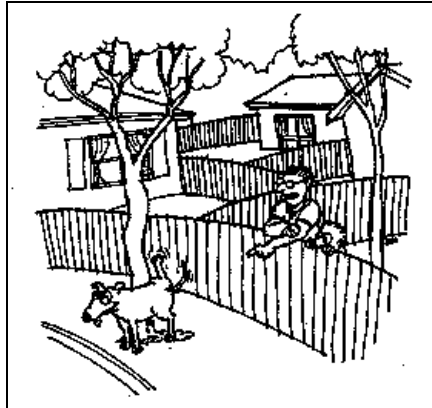
A la mayoría de la gente le es difícil verse como un animal. No les gusta enfrentarse al hecho de que el 96% de nuestra naturaleza también está presente en un cerdo o en un caballo. La única diferencia entre nosotros y el resto de animales es nuestra capacidad para pensar y para realizar planes por adelantado. El resto de animales sólo puede responder a situaciones basadas en los mecanismos genéticos de su estructura cerebral y su conducta se fundamenta en la repetición. No pueden *pensar*, sólo pueden *reaccionar*.

Mucha gente acepta y sabe que el instinto de los animales determina, en gran medida, su conducta. Esta conducta instintiva es fácil de observar: los pájaros cantan, las ranas croan, los perros levantan la pata para orinar y los gatos acechan a sus presas. Sin embargo, esta conducta no es intelectual, por lo que mucha gente tiene dificultades para ver la conexión entre la conducta animal y la conducta humana. Hay quien ignora que sus primeras conductas fueron instintivas: llorar y mamar.

Las conductas, ya sean positivas o negativas, que heredamos de nuestros padres, seguramente pasarán a nuestros hijos, al igual que ocurre con el resto de animales. Cuando adquirimos una nueva habilidad, nuestros hijos la heredarán genéticamente, de la misma forma que los científicos pueden crear

generaciones de ratas inteligentes y de ratas tontas a partir de dos grupos distintos de ratas: las que poseen la capacidad de orientarse en un laberinto y las que carecen de dicha capacidad.

Cuando los humanos nos aceptamos a nosotros mismos como un animal que ha ido desarrollando y perfeccionando sus impulsos a lo largo de los miles de años de evolución, resulta más sencillo entender nuestras necesidades e impulsos y, al mismo tiempo, es más fácil aceptarnos tanto a nosotros mismos como a los demás. Ahí reside el camino hacia la verdadera felicidad.



«Mira, hijo, así es cómo marcan su territorio para mantener a otros perros alejados. Es una conducta instintiva y es típica de los animales de clase inferior que no piensan.»

Tiene mucho sentido



LOS HOMBRES NUNCA ENCUENTRAN NADA EN LA NEVERA NI EN LOS ARMARIOS DE LA COCINA

La fiesta estaba muy animada cuando John y Sue llegaron. Una vez dentro, Sue miró a John a los ojos y, casi sin mover los labios, le dijo: «mira a esa pareja al lado de la ventana...» John se giró para mirar. «¡No mires! —le susurró ella— ¡Desde luego, eres malo disimulando...!» Sue era incapaz de entender que John se hubiese girado de esa forma tan indiscreta y él no podía entender que ella pudiese ver a la gente de la sala sin tenerse que girar.

En este capítulo exploraremos y estudiaremos las diferencias en la percepción sensorial entre ambos sexos y las implicaciones que ello acarrea en las relaciones de pareja.

Las mujeres son como un radar receptor

Para una mujer resulta evidente cuando otra está preocupada o se siente herida, mientras que un hombre normalmente necesita evidencias físicas, como lágrimas, un ataque de nervios o una bofetada en la cara, para poder intuir que algo va mal. Esto se debe a que las mujeres, como la mayoría de las hembras de los mamíferos, están equipadas con unos aparatos sensoriales mucho más refinados que los hombres. En su papel de procreadoras y protectoras de los bebés, las hembras han de percibir los cambios de carácter y de actitud en los demás. Lo que comúnmente se denomina «intuición femenina» es la aguda apreciación de los pequeños detalles y cambios en la apariencia o en la conducta de los demás. Es algo que a lo largo de la historia ha desconcertado a los hombres que, cuando intentan esconder algo, siempre son descubiertos.

Uno de nuestros asistentes al curso explicó que era increíble la vista que llegaba a tener su mujer para descubrir algo que intentaba esconder, pero que esta increíble facultad parecía abandonarla completamente cuando intentaba aparcar el coche en el garaje. Esto se debe a que la habilidad para estimar la distancia entre el parachoques y la pared del garaje mientras se está aparcando es una facultad espacial que se encuentra localizada en la parte delantera del hemisferio derecho del cerebro y que parece no estar muy desarrollada en la mayoría de mujeres. En el capítulo quinto se tratará este tema con mayor detenimiento.

«Mi mujer es capaz de ver un pelo rubio en mi abrigo a 50 metros, pero siempre choca con la puerta del garaje cuando aparca el coche.»

Como defensoras del hogar, las hembras necesitaban garantizar la supervivencia de su familia y, para ello, debían ser capaces de percibir las pequeñas modificaciones en la conducta de sus retoños, así como cualquier indicio de dolor, hambre, herida, agresión o depresión. Los machos, en su tarea de buscadores de alimento, nunca pasaban demasiado tiempo en la cueva para aprender a leer las señales corporales o las formas de comunicación interpersonal. Rubén Gur, profesor de neuropsicología en la Universidad de Pennsylvania, empleaba los resultados de escáners cerebrales para demostrar que cuando el cerebro de un hombre está descansando, al menos el 70% de su actividad eléctrica está inactiva. Los escáners de los cerebros femeninos confirmaron que las mujeres reciben y analizan constantemente información de su alrededor. Una mujer sabe todo acerca de sus hijos: conoce a todos sus amigos, sabe cuáles son sus sueños, sus romances, sus temores más ocultos, lo que están pensando, cómo se sienten y lo que están

tramando. Los hombres apenas se dan cuenta de que hay unas personas bajitas que también viven en la casa.

Todo está en los ojos

El ojo es una extensión del cerebro situada fuera del cráneo. La retina, situada en la parte posterior del globo ocular, contiene unos 130 millones de células cilíndricas llamadas fotorreceptores que detectan el blanco y el negro y unos siete millones de células cónicas encargadas de la detección del resto de colores. El cromosoma X suministra estas células detectoras de colores. Las mujeres cuentan con dos cromosomas X por lo que poseen más variedad de células cónicas que los hombres. Esta diferencia se puede comprobar fácilmente, puesto que las mujeres describen los colores con mayor detalle y hablan de tonos hueso, escarlata, bermellón o cobrizo mientras que los hombres se suelen limitar a colores como blanco, rojo o marrón para referirse al mismo objeto.

El ojo humano se caracteriza por poseer mayor espacio blanco en el globo ocular que el resto de primates. De esta forma, tanto el movimiento del ojo como la dirección de la mirada resultan más visibles al interlocutor y, por lo tanto, se facilita la comunicación cara a cara. Los ojos de la mujer presentan mayor superficie blanca que los hombres, ya que la comunicación personal es una parte esencial de las relaciones femeninas y, gracias a este hecho, envían y reciben mayor número de señales oculares al poder descifrar con mayor precisión la dirección de la mirada.

Este tipo de comunicación dista de ser fundamental en la mayoría de las especies animales. De ahí que no posean casi superficie blanca o carezcan de ella por completo, puesto que se comunican casi exclusivamente a través del lenguaje corporal.

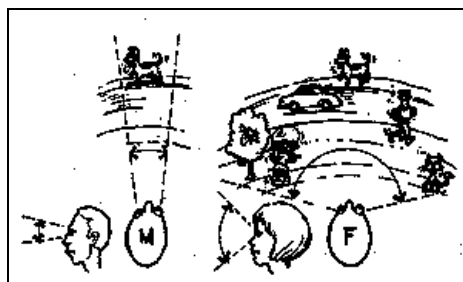
¿Tienen las mujeres ojos en la nuca?

No exactamente, pero casi. Además de contar con mayor número de células cónicas en la retina, también poseen una visión periférica más amplia que los hombres. Debido a la tarea que debía realizar como protectora del hogar familiar, la estructura cerebral de la mujer le permitía un ángulo de visión clara de al menos 45° por cada lado y por encima y por debajo de la nariz. Se puede afirmar que efectivamente muchas mujeres disfrutaban de una visión periférica de casi 180°.

Los ojos del hombre suelen ser más grandes y su cerebro los ha configurado para un tipo de «visión túnel» a larga distancia por lo que puede visualizar precisa y claramente todo cuanto está enfrente suyo, aunque esté muy retirado, casi como unos binoculares. En su tarea de cazador, el hombre necesitaba un tipo de visión que le permitiese identificar un blanco a gran distancia y perseguirlo con ía vista.

Las mujeres tienen mayor visión periférica mientras que los hombres han perfeccionado la visión de túnel.

El hombre anuló casi por completo su visión periférica para evitar distraerse y poder concentrarse en perseguir con la mirada únicamente a sus presas. Por el contrario, la mujer necesitaba un amplio ángulo de visión para controlar que ningún depredador acechase la cueva. De ahí que los hombres de hoy en día sepan llegar sin ninguna dificultad a un bar que está a kilómetros, pero no puedan encontrar nada en las neveras, los cajones y los armarios de la cocina.



El ángulo de visión de los ojos masculinos y femeninos

Las estadísticas demuestran que en 1997 sólo en el Reino Unido se atropelló a 4.132 niños, de entre los cuales 2.460 eran niños y 1.492 eran niñas. En Australia la cifra de niños víctimas de accidentes dobla a la de las niñas. La causa se encuentra en la combinación del mayor riesgo que los niños corren al cruzar carreteras junto con su disminuida vista periférica, lo que provoca inevitablemente un aumento en el índice de víctimas varones en los accidentes.

¿Por qué las mujeres tienen tanta vista?

Billones de fotones de luz, equivalentes a 100 megabytes de información contenida en un ordenador, entran en la retina del ojo cada segundo. Se trata de demasiada información que el cerebro debe procesar y, por ello, sólo asimila los datos necesarios para la supervivencia. Por ejemplo, una vez que el cerebro recoge información sobre los diferentes colores del cielo, selecciona únicamente lo importante, en este caso, el color azul. Nuestro cerebro estrecha nuestra visión para que nos podamos concentrar en aspectos específicos. Si estamos buscando una aguja en la alfombra, centraremos nuestro campo de visión para conseguir nuestro propósito. El cerebro del hombre, habiendo estado estructurado para la caza, ha desarrollado un campo de visión más limitado. En cambio, el cerebro de la mujer procesa información que pertenece a un campo de visión más amplio debido a las tareas que solía realizar como defensora del hogar.

La misteriosa desaparición de la mantequilla

Todas y cada una de las mujeres del mundo se ha visto protagonizando la siguiente conversación con un hombre plantado enfrente de la nevera.

David: «¿Dónde está la mantequilla?»

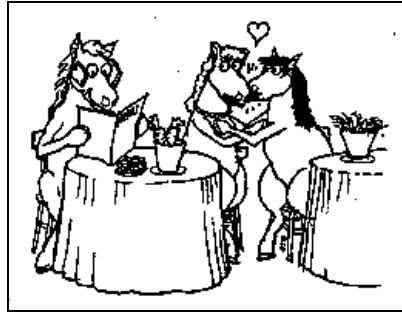
Jan: «Pues en la nevera.»

David: «Ya he mirado, pero no veo la mantequilla por ningún lado.»

Jan: «Pues mira bien porque está ahí. La he dejado hace diez minutos.»

David: «No. La habrás dejado en otro sitio porque te repito que la mantequilla no está en la nevera.»

Jan se levanta cansada de discutir, va a la cocina, alarga el brazo hasta la nevera y, por arte de magia, saca una barra de mantequilla. Muchos hombres inexpertos creen que se trata de un truco y acusan a sus mujeres de esconderles las cosas en los cajones y los armarios. Los calcetines, los zapatos, los calzoncillos, la mermelada, la mantequilla, las llaves del coche, la cartera... todo está en casa, pero ellos son incapaces de verlo. Las mujeres no tienen ningún problema porque, con su amplio ángulo de visión, de un vistazo perciben todos los alimentos de la nevera o los objetos de un cajón sin tener que mover la cabeza. Los hombres tienen que mover la cabeza de arriba abajo y de lado a lado, concentrándose en la búsqueda de los objetos «desaparecidos».



«Goldie, no podemos seguir así... ¡Algún día Sam se quitará las anteojeras!»

Estas diferencias de visión tienen implicaciones importantes en nuestras vidas. A modo de ejemplo, las estadísticas de las compañías aseguradoras de automóviles demuestran que las mujeres tienen menos probabilidades de recibir golpes laterales en un accidente provocado en un cruce que los hombres. El tener mayor visión periférica le permite detectar que los coches se están acercando por su lado. Sin embargo, es cierto que tiene mayor probabilidad de chocar por la parte trasera o la delantera en su intento de aparcar en línea porque al realizar las maniobras tiene que poner a prueba sus habilidades espaciales.

Sin duda, la vida de una mujer será menos estresante cuando entienda los problemas que los hombres tienen para ver las cosas de cerca. También resultará menos estresante para un hombre creer a la mujer cuando le dice: «¡Está en el armario!» y continuar su búsqueda.

Los hombres y su admiración del cuerpo femenino

Al estar dotadas de mayor visión periférica, a las mujeres casi nunca se las pilla *in fraganti* admirando el cuerpo de un hombre.

Casi todos los hombres han sido acusados alguna vez de comerse con los ojos al sexo opuesto, pero pocas mujeres han recibido la misma queja por parte de un hombre. Los investigadores de cuestiones sexuales han informado de que las mujeres admiran el cuerpo masculino tanto, o incluso a veces más, como los hombres el cuerpo femenino. Sin embargo, gracias a su amplia visión periférica, casi nunca se las pilla con las manos en la masa.

Ver para creer

Mucha gente afirma no creer algo hasta que no lo hayan visto con sus propios ojos, pero ¿podemos confiar en nuestra visión? Millones de personas creen en ovnis a pesar de que el 92% de estas observaciones se han realizado en remotas áreas rurales los sábados por la noche alrededor de las 11 (curiosamente la hora en la que cierran los pubs en los países de cultura anglosajona). Nunca se ha oído de un presidente que haya visto un ovni, ni de que hayan aterrizado en un campus universitario, en un laboratorio de investigación estatal o en la Casa Blanca. Tampoco suelen aterrizar cuando hace mal tiempo.

El investigador Edward Boring diseñó la ilustración que se presenta a continuación para demostrar que los hombres y las mujeres perciben un mismo dibujo de forma diferente. Las mujeres suelen ver una vieja con la barbilla agachada y escondida entre el abrigo de piel, mientras que los hombres suelen ver el perfil izquierdo de una joven que mira hacia el otro lado.



¿Qué es lo que ve?

La figura número 3 es otra ilustración que demuestra que la vista puede engañar.



Figura 3

La figura número 3 engaña al cerebro para que crea que la distancia del lado opuesto de la mesa es mayor a la distancia del lado más próximo. Las mujeres suelen encontrarlo divertido, pero los hombres suelen pedir pruebas e incluso miden la distancia con regla.



Figura 4

Al observar la figura número 4 el cerebro suele centrarse en el color oscuro, por lo que parece que se trata de un grupo de figuras extrañas. Sin embargo, si nos concentramos en la superficie de color blanco veremos que aparece la palabra «FLY». Normalmente, la mujer ve con mayor facilidad la palabra, mientras que el cerebro del hombre se bloquea en las figuras de color.

Porqué sería mejor que los hombres condujesen de noche

Una mujer puede ver mejor en la oscuridad que un hombre, sobre todo las diferentes tonalidades de rojo oscuro, pero un hombre tiene más perfeccionada la visión a larga distancia en un campo más estrecho, por lo que es más conveniente (y también más seguro) que un hombre conduzca por la noche que una mujer. El hombre, además, está dotado de una habilidad espacial localizada en el hemisferio derecho del cerebro, que le permite separar e identificar el movimiento de otros vehículos que se encuentran delante o detrás en la misma carretera. Muchas mujeres han aportado testimonios sobre lo que parece ser una especie de ceguera nocturna: la incapacidad de distinguir por qué lado de la carretera se están acercando los coches. Los hombres, desde la antigüedad, han preparado su visión para este ejercicio y por eso siguen manteniendo la habilidad. A partir de estos datos, sería sensato concluir que si se trata de un viaje largo, sería mejor que la mujer condujese de día y el hombre de noche, puesto que las mujeres sólo pueden percibir más detalles en la oscuridad a corta distancia.

En los viajes largos, sería más sensato que los hombres condujesen de noche y los hombres de día.

Los hombres suelen padecer más de vista cansada porque sus ojos están configurados para largas distancias y deben reajustarse constantemente para mirar la pantalla del ordenador o para leer el periódico. Los ojos de la mujer son más apropiados para realizar actividades a corta distancia, permitiéndole concentrarse más y mayor tiempo en los detalles. Además su cerebro está estructurado para coordinar delicados movimientos en un área pequeña, lo que significa que las mujeres en general tienen una capacidad excepcional para enhebrar una aguja o para leer al detalle en la pantalla del ordenador.

Porqué las mujeres tienen un sexto sentido

Durante siglos se quemó a las mujeres en la hoguera por poseer «poderes sobrenaturales» entre los que se incluían la habilidad para predecir el destino de una pareja, para descubrir a mentirosos, para comunicarse con los animales y descubrir la verdad.

En 1978 llevamos a cabo un experimento para un programa de televisión que destacó la capacidad de las mujeres para descifrar las señales corporales que hacían los bebés. En el departamento de maternidad de un hospital, proyectamos una selección de cortos de diez segundos de duración de bebés llorando y les pedimos a las madres que viesen los vídeos sin sonido para que sólo pudiesen examinar la información

visual.

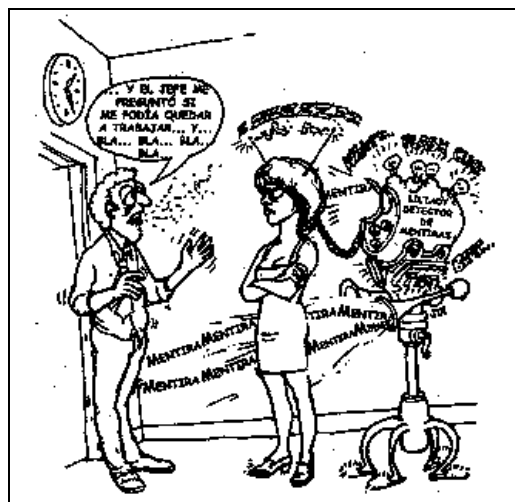
La mayoría detectaron con rapidez una amplia gama de sensaciones que iban desde el hambre y el dolor por gases y cansancio. Cuando realizamos la misma prueba con los padres, el número de aciertos fue lamentable. Menos del 10% de los padres supieron reconocer más de dos sensaciones e incluso los que acertaron, parecían decir las respuestas al azar. Muchos padres anunciaban de forma triunfal, «lo que le pasa al bebé es que quiere ir con su madre». Los hombres tampoco quedaron en buen lugar cuando se trataba de reconocer el llanto de los bebés. Decidimos realizar la prueba también con los abuelos para asegurarnos de que el factor edad no influía en los resultados. Los aciertos de la mayoría de las abuelas se situaban entre el 50 y el 70 por ciento mientras que muchos de los abuelos ni siquiera sabían reconocer a sus nietos.

Cuando llevamos a cabo el experimento con gemelos idénticos, descubrimos que la mayoría de los abuelos no sabían distinguir a cada uno de los niños por separado, mientras que los miembros femeninos de la familia acertaban mucho más. Las películas en las que vemos que gemelos engañan a otras personas por amor o por dinero en la realidad sólo serían posibles si fuesen gemelas. A los hombres se les puede engañar más fácilmente. Ocultamos una cámara en una sala en la que había 50 parejas. En general las mujeres que entraron en la sala en menos de 10 minutos habían averiguado la relación entre cada una de las parejas de la habitación. Cuando una mujer entra en una sala, su extrema capacidad sensorial le permite identificar casi instantáneamente las parejas que se llevan bien, aquéllas que han tenido una discusión, quién está intentando algo con otra persona o quiénes son las mujeres competitivas y quiénes son las simpáticas. Sin embargo, en el caso de los hombres, las cámaras relataron una historia bastante divergente. Los hombres analizaban la sala buscando las entradas y las salidas (su antigua estructura mental les obliga a examinar por dónde podrían ser atacados y las posibles vías escapatorias). Posteriormente, busca caras que le resulten familiares o posibles enemigos y, a continuación, examina la distribución de la sala. Su mente lógica analizará todo lo que esté roto y necesite repararse como alguna ventana rota o una bombilla fundida. Para entonces, la mujer ya habrá analizado cada una de las caras de la sala y sabrá quién es quién y cuáles son sus sentimientos.

Porqué los hombres no le pueden mentir a una mujer

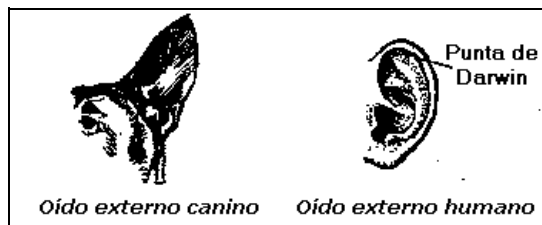
Nuestra investigación del lenguaje corporal reveló que en la comunicación cara a cara, las señales no verbales eran responsables de entre el 60 por ciento al 80 por ciento del efecto del mensaje mientras que los sonidos vocales sólo registraron de un 20 por ciento a un 30 por ciento. Del 7 por ciento al 10 por ciento restante se debe a las palabras. El óptimo equipo sensor de la mujer detecta y analiza la información y, gracias a la extrema rapidez de su cerebro para transmitir información de un hemisferio a otro, es mucho más hábil para integrar y descifrar señales verbales, visuales y de cualquier otro tipo.

Esta es la razón de que muchos hombres tengan dificultades para engañar a sus mujeres cara a cara, pero el caso contrario, como saben la mayoría de mujeres es bastante fácil, ya que el hombre carece de la sensibilidad necesaria para detectar incongruencias entre su mensaje verbal y corporal. Una mujer no debe temer que la descubran cuando finge un orgasmo. Sin embargo, si un hombre le miente a una mujer, resulta mucho más seguro que lo haga por teléfono, por carta o con las luces apagadas y con una manta por encima de la cabeza.



La mujer: un detector radar andante
Somos todo oídos

El oído externo de los humanos primitivos era muy similar al de los perros, gatos y caballos. El oído de un perro es capaz de percibir sonidos ultrasónicos inapreciables para el ser humano. Hay estudios que demuestran que el oído canino puede detectar hasta 50.000 v.p.s. (vibraciones por segundo) y en algunos casos la cifra puede ascender a las 100.000 v.p.s. Un bebé humano puede detectar hasta 30.000 v.p.s. pero esta capacidad disminuye en su edad adolescente hasta las 20.000 v.p.s. y a las escasas 12.000 v.p.s. cuando alcanza la edad de 60. Las cadenas musicales de alta fidelidad funcionan con 25.000 v.p.s., lo que demuestra que comprar una cadena musical de esas características a sus abuelos sería tirar el dinero.



En el pabellón auditivo humano todavía se encuentran vestigios de nueve músculos y alrededor del 20% de los seres humanos todavía son capaces de utilizar estos músculos logrando pequeños movimientos. Parece ser que nuestro oído externo fue evolucionando hacia la rigidez puesto que el ser humano solía girar la cabeza hacia el lugar de donde provenía el sonido y la punta del pabellón auditivo se doblaba hacia abajo para atenuar el sonido retumbante. Charles Darwin identificó una pequeña zona dentro de la parte superior doblada del pabellón auditivo como un vestigio de lo que un día fueron las orejas puntiagudas del ser humano y por eso lo llamó la «punta de Darwin».

Ella también tiene mejor oído

Las mujeres tienen más oído que los hombres y también muestran mayor capacidad para distinguir sonidos agudos. El cerebro de una mujer está programado para oír el llanto de un bebé en la noche, mientras que un hombre puede perfectamente no oírlo y dormir plácidamente. Si un gatito está maullando a lo lejos, la mujer será la primera en oírle, pero no sabrá cómo llegar a él. Sin embargo, el hombre, gracias a su gran sentido espacial y orientativo, le podrá decir exactamente dónde está el gatito.

Un grifo que gotea puede volver loca a una mujer, mientras un hombre duerme plácidamente.

Con sólo una semana, una recién nacida (a diferencia de un recién nacido) puede distinguir de entre todos los sonidos de una sala, la voz de su madre y el llanto de otro bebé. El cerebro femenino tiene la capacidad de discernir los sonidos y clasificarlos por categorías. Por eso, una mujer es capaz de escuchar a una persona con la que mantiene una conversación cara a cara mientras oye otra conversación. Eso también explica las dificultades que tienen los hombres para escuchar una conversación con el ruido del televisor o de los chacharros de la cocina de fondo. Si suena el teléfono, antes de descolgar, un hombre pedirá al resto de la gente que hable en voz baja, reducirá el volumen de la música y apagará el televisor, mientras que una mujer descolgará el teléfono directamente.

Las mujeres leen entre líneas

Las mujeres tienen mayor sensibilidad para diferenciar las tonalidades en el volumen de la voz por lo que pueden oír los cambios emocionales en niños y adultos. Por consiguiente, las probabilidades demuestran que hay ocho mujeres que saben cantar afinando, por cada hombre que muestra la misma aptitud musical. Esto explicaría la típica frase que pronuncian las mujeres cuando discuten con hombres «No me hables en ese tono de voz». La mayoría de hombres no tienen ni idea de qué están hablando.

Los experimentos llevados a cabo con bebés revelan que las niñas son el doble de sensibles a los sonidos agudos que los niños. En este hecho podríamos encontrar la explicación a que las niñas se tranquilicen mucho más que los niños con cuchicheos agudos o a que las madres intuitivamente canten más nanas a las niñas y hablen más a los niños. La gran capacidad auditiva de la mujer contribuye, en gran medida, a lo que comúnmente ha sido denominado «intuición femenina» y también puede ser la respuesta a la facultad que poseen las mujeres para leer las conversaciones entre líneas. Sin embargo, los hombres no tienen por qué desesperarse puesto que tienen una gran facilidad para identificar e imitar los sonidos animales, lo que fue muy útil en el pasado, aunque desgraciadamente no parece tener tanta utilidad hoy en día.

Los hombres se orientan por el oído

Las mujeres tienen más capacidad para distinguir los sonidos, pero los hombres pueden señalar directamente de dónde vienen. Esta habilidad, junto con su capacidad para identificar e imitar los sonidos animales, le convertía en un eficiente cazador. Pero, ¿cómo se transforma el sonido en un mapa en el cerebro?

El Profesor Masakazu Konishi, del Instituto de Tecnología de California, encontró respuestas a esta pregunta realizando un estudio con lechuzas, unos animales que poseen una extraordinaria capacidad para detectar de dónde procede un sonido. Cuando oyen un sonido, giran la cabeza hacia la dirección de donde surge. Konishi descubrió que las lechuzas poseían un grupo de células en la zona auditiva del cerebro que trazaban un mapa exacto de la proveniencia del sonido. Cuando los altavoces emitían el mismo sonido a cada uno de los oídos de la lechuza a una velocidad diferente (a 200 millonésimos de segundo) el cerebro era capaz de diseñar un mapa espacial en tres dimensiones para encontrar el origen. Una vez localizado, las lechuzas giraban la cabeza hacia donde provenía el sonido para ver a su presa o escapar de los enemigos. Los hombres parecen compartir con este animal la misma habilidad para detectar el origen de los sonidos.

Porqué no escuchan los chicos

Muchas veces los profesores y los padres riñen a los chicos por no escuchar, pero parece ser que en realidad, cuando los niños entran en la pubertad, sus canales auditivos necesitan realizar mayor esfuerzo, provocando en ocasiones una especie de sordera temporal. También existen evidencias de que las profesoras riñen a los niños y a las niñas de forma diferente e intuitivamente entienden las diferencias auditivas entre ambos sexos.

Por ejemplo, si una niña evita el contacto de ojos mientras la profesora la está reprendiendo, ésta seguirá con su regañina. En cambio, si un niño realiza el mismo acto, la mayoría de profesoras intuitivamente entienden que, o bien no la oye o no está escuchando y por ello le ordenarán: «Mírame cuando te hablo». Desgraciadamente, los niños están más dotados para la detección ocular que auditiva como puede comprobarse con este sencillo ejercicio en el que se debe contar el número de efes.

Felipe afirmó que el resultado científico fue catastrófico.

Normalmente, los chicos demuestran más facilidad que las chicas para ver que hay cinco efes, aunque si la frase se lee en voz alta, las chicas detectan mejor el número de efes.

Los hombres no se fijan en los detalles

Lyn y Chris vuelven a casa después de una fiesta. El conduce y ella le indica el camino de vuelta, pero ya han tenido una discusión porque ella le dijo que girase a la izquierda cuando quería decir a la derecha. Han pasado ya nueve minutos de silencio sepulcral y Chris sospecha que algo le pasa a Lyn, por lo que le dice «Cariño, ¿estás bien?». «Sí, ¡todo está bien!» contesta Lyn.

Su entonación en la palabra «bien» confirma que en realidad las cosas van mal. Él intenta recordar qué pasó en la fiesta. «¿Es que hice algo mal?» pregunta Chris. «¡No quiero hablar de eso!» contesta ella bruscamente.

Eso significa que está enfadada y que sí quiere hablar de ello. Mientras tanto, Chris no entiende qué puede haber hecho para provocar su enfado. «Por favor, Lyn, dime qué es lo que he hecho» —le suplica él — «De verdad que no sé que he podido hacer».

En muchas conversaciones como ésta el hombre está diciendo la verdad, sencillamente no entiende cuál es el problema. «Bueno» —dice ella— «te diré porqué estoy molesta, aunque no me gusta que finjas de esa manera». «Pero si no estoy fingiendo» —es cierto que él no tiene ni idea de cuál es el problema. Ella suspira. «Esa jovencita estaba merodeando a tu lado toda la noche, lanzándote indirectas y tú, en vez de deshacerte de ella, le dabas ánimos».

Chris se quedó mudo de asombro. ¿A qué jovencita se refiere? ¿Qué indirectas? Él no se dio cuenta de nada. Mientras que la joven le hablaba, él no se fijaba en que la chica inclinaba la pelvis hacia su lado, le señalaba con el pie, coqueteaba con el pelo, se acariciaba las caderas, se tocaba el lóbulo de la oreja, le miraba constantemente, jugueteaba con la base de la copa de vino y hablaba como una colegiala. Hay que recordar que el hombre es un cazador. Puede detectar una cebra en el horizonte y calcular la rapidez de su movimiento, pero carece de la habilidad femenina para descifrar las señales vocales, visuales y corporales. Todas las mujeres de la fiesta se dieron cuenta de las intenciones de la «jovencita» sin ni siquiera tener que girar la cabeza y se enviaron las unas a las otras una señal de «devora hombres a la vista». Sin embargo, la mayoría de los hombres no percibieron la menor intención detrás de sus actos.

Por eso cuando un hombre asegura que está diciendo la verdad en defensa de las acusaciones que se le hacen, probablemente sea cierto, ya que el cerebro masculino no está preparado para oír o ver los pequeños detalles.



Los hombres no se fijan en los detalles

La magia del tacto

Los primeros experimentos que Harlow y Zimmerman realizaron con monos demostraron que si a un mono recién nacido le faltaba el contacto con otros monos, el pequeño padecía depresión, enfermedad y muerte prematura. Resultados similares se han registrado con niños abandonados. Un estudio llevado a cabo con bebés que contaban de entre diez semanas hasta seis meses de edad reveló que los hijos de madres que acariciaban y acunaban a sus bebés regularmente padecían menos resfriados, problemas respiratorios, vómitos y diarrea que los hijos de madres poco afectuosas. Otra investigación sacó a la luz que las pacientes depresivas o neuróticas superaban su enfermedad dependiendo del número de abrazos que recibían y de su duración.

El antropólogo James Prescott, pionero en el estudio de la violencia doméstica, descubrió que las sociedades en las que no se solía tocar a los niños de forma afectuosa presentaban el índice más elevado de violencia adulta. Normalmente los niños que crecen con padres afectuosos se convierten en mejores adultos, más sanos y más felices. Los violadores y pederastas solían coincidir en su pasado caracterizado por el rechazo, la violencia, la falta de abrazos cuando eran niños y muchas veces una infancia en

instituciones. Muchas culturas poco afectuosas adoran a animales como el perro o el gato porque al acariciar a sus animalitos experimentan con el sentido del tacto. Se ha comprobado que el acariciar a los animales es un método efectivo para ayudar a los pacientes con depresión y otros problemas psíquicos a superar sus enfermedades. Basta con observar la adoración que la sociedad inglesa, sociedad muy poco afectuosa, tiene a los animales domésticos. Como Germaine Greer dijo sobre este peculiar pueblo: «Aunque estén en el metro como sardinas en lata, en general, el inglés intenta creer desesperadamente que está solo».

Las mujeres son hipersensibles

La piel es el órgano que ocupa mayor superficie del cuerpo humano, alcanzando una dimensión de unos dos metros cuadrados. La piel posee, distribuidos desigualmente a lo largo de la superficie, unos 2.800.000 sensores de dolor, entre los cuales 200.000 se encargan de detectar el frío y 500.000 el tacto y el peso. Las niñas muestran desde su nacimiento mucha más sensibilidad al tacto y, en la edad adulta, la piel de una mujer es como mínimo diez veces más sensible al tacto y al peso que la del sexo opuesto. Un estudio estatal demostró que los niños que habían mostrado más sensibilidad al tacto no llegaban a los niveles registrados por las niñas que mostraron poca sensibilidad. La piel femenina es más fina que la masculina, pero está provista de una capa interna que mantiene la temperatura caliente en invierno y dota a la mujer con mayor resistencia que el hombre.

La oxitocina es la hormona que estimula la necesidad de ser tocados y activa los sensores del tacto. Esto explica que las mujeres, que poseen sensores diez veces más sensibles que los hombres, otorguen tanta importancia al hecho de abrazar a su pareja, a sus hijos y a sus amigos. Las estadísticas de nuestra investigación sobre el lenguaje corporal revelan que en el transcurso de una conversación, en el mundo occidental por cada hombre que toca a otro, hay de cuatro a seis mujeres que tocan a otra mujer. Las mujeres suelen utilizar más expresiones relacionadas con este sentido como «esta persona tiene mucho tacto» (para referirse a una persona que habla con delicadeza a otra), «todavía le llevo muy adentro» (cuando hablan, por ejemplo, de un antiguo novio), les encanta darle a las cosas «un toque personal» y tienen los sentimientos «a flor de piel».

Por cada hombre que toca a otro en el transcurso de una conversación, hay de cuatro a seis mujeres que tocan a otra mujer.

Un estudio realizado con pacientes psiquiátricos expuso que los hombres, en situaciones en las que están sometidos a gran presión, evitan el contacto físico y se sumergen en su propio mundo. Sin embargo, en el mismo estudio, la mitad de las mujeres se acercaban a los hombres, más que para mantener relaciones sexuales para acariciarse. Cuando una mujer se enfada con un hombre, es probable que le responda diciendo: «¡No me toques!», una frase que el sexo opuesto no termina de entender. ¿Qué lección se podría extraer? Si se desean ganar puntos con una mujer, acaríciela, pero no le meta mano. Para que sus hijos crezcan sanos psicológicamente, abráceles muchísimo.

Porqué los hombres tienen la piel tan gruesa

Los hombres tienen la piel más gruesa que las mujeres, lo que explica que las mujeres tengan muchas más arrugas. La piel de la espalda de un hombre es cuatro veces más gruesa que la piel del estómago, un legado de su pasado de animal a cuatro patas que le proporcionaba mayor protección para los ataques por la espalda. La sensibilidad de un niño al tacto se pierde casi por completo al alcanzar la adolescencia, época en que se prepara para los peligros de la caza. Los hombres necesitaban una piel dura para poder correr sobre zarzas, para derribar a los animales y luchar contra sus enemigos sin caer doblegados de dolor. Cuando un hombre se concentra en la realización de una actividad física o deportiva, casi nunca percibe el dolor.

En realidad, un niño, en la adolescencia, no pierde la sensibilidad de la piel, simplemente la concentra en una zona.

Sin embargo, cuando un hombre no está concentrado en alguna actividad, su tolerancia al dolor es menor que la de la mujer. Cuando un hombre se queja con frases como: «Hazme un poco de sopa de pollo / zumo de naranja natural / tráeme la bolsa de agua caliente / llama al doctor y asegúrate de que mi testamento está en regla» normalmente sólo se trata de un ligero dolor de cabeza o de un resfriado. Los hombres también son poco sensibles al dolor de una mujer. Aunque esté doblada de dolor, tenga un fiebrón de 40°C y esté tiritando, a pesar de estar tapada con mantas, el hombre le preguntaría: «Cariño, ¿estás bien?», cuando en realidad estaría pensando: «Puede que si ignoro que está enferma acceda a hacer el amor. Total, ya está en la cama».

Extrañamente, los hombres muestran mucha sensibilidad cuando observan deportes agresivos. Por ejemplo, si están viendo un combate de boxeo por televisión y uno de los boxeadores le asesta un golpe bajo al otro, una mujer dirá: «Uy... eso sí debe doler» mientras que un hombre gruñirá, se doblará y hará muecas que expresen que él también siente el dolor.

El gusto por la vida

El sentido del gusto y del olfato también es superior en las mujeres. El cuerpo humano cuenta con más de 10.000 sensores del gusto que detectan, como mínimo, cuatro sabores principales: dulce o salado en la punta de la lengua, agrio en los lados y amargo al final. Investigadores japoneses están llevando a cabo estudios sobre un quinto sabor, el de la *grasa*. En las pruebas gustativas, los hombres obtuvieron mayor puntuación a la hora de distinguir los sabores salados y amargos, seguramente porque beben mucha cerveza, mientras que las mujeres obtuvieron más puntos en discernir los sabores dulces de los

azucarados, quizás porque son más adictas al chocolate que los hombres y también porque esta cualidad era importante en su papel de protectoras de sus hijos, al tener que asegurarse de que los frutos estaban maduros y eran dulces antes de dárselos a los bebés. Esta podría ser la respuesta al gusto de las mujeres por el chocolate y a que la mayoría de las gustadoras alimenticias sean mujeres.

Algo flota en el aire

El sentido olfativo también está más desarrollado en las mujeres, pero curiosamente éste se agudiza durante el período y dentro del ciclo menstrual, en que la mujer ovula. Durante esta fase, la mujer puede detectar las feromonas y el olor a almizcle segregado por los hombres, olores que sólo advierte inconscientemente. El cerebro femenino descifra el estado del sistema inmunológico de un hombre y, si es complementario o superior a su propio sistema, lo describirá como un ser atractivo o con «un magnetismo misterioso». En cambio, si su sistema inmunológico es superior al del hombre, seguramente lo encontrará mucho menos atractivo.

Un fuerte sistema inmunológico puede hacer que un hombre resulte «inexplicablemente atractivo».

Los neurólogos han descubierto que el cerebro femenino puede analizar estas diferencias entre los sistemas inmunológicos a los tres segundos de conocer a alguien. Los sistemas inmunológicos complementarios suponen una ventaja para la descendencia ya que hereditariamente tendrán más posibilidades de supervivencia. Una de las consecuencias de este estudio ha sido el lanzamiento de innumerables aceites y pociones para hombres que afirman contener el secreto de la atracción de las feromonas, que vuelve locas de deseo a las mujeres.

Algo inexplicable: las diferencias biológicas

Los roles que el hombre y la mujer han ido ejerciendo a lo largo de la evolución les han ido equipando biológicamente con las facultades sensoriales necesarias para la supervivencia. Lo que tradicionalmente se ha denominado brujería, poderes sobrenaturales e intuición femenina ha sido estudiado científicamente y desde principios de los ochenta se sabe que se trata simplemente de una superioridad femenina en todos los sentidos de percepción. Las que llamaban brujas, eran mujeres que los hombres condenaron a muerte por no llegar a entender sus diferencias biológicas. Las mujeres demuestran mayor habilidad para percatarse de detalles minuciosos en los movimientos corporales, en los tonos vocales, y en muchos otros estímulos sensoriales. Muchas mujeres modernas son víctimas de su superioridad sensorial al ejercer de astrólogas, numerólogas y adivinas que auguran el futuro leyendo las cartas del tarot ofreciendo de esta forma una explicación de su intuición femenina a cambio de un dinero ganado trabajando duro. El refinado sistema sensorial femenino contribuye a la madurez precoz que experimentan las adolescentes. Cuando tienen diecisiete años, la mayoría de las chicas se comportan como adultos, mientras que los chicos siguen jugando en la piscina y haciendo competición de pedos.

Porqué se dice que los hombres son «insensibles»

No es que los sentidos de las mujeres estén extraordinariamente desarrollados, sino que los sentidos de los hombres se han ido anulando, hablando en términos comparativos. La mujer, con un mundo sensorial mucho más rico, espera que un hombre descifre sus señales verbales, vocales y corporales, anticipándose así a sus necesidades al igual que lo haría cualquier mujer. Por las razones evolutivas que han sido anteriormente expuestas, el hombre no alcanza estas expectativas. Una mujer permanece callada y asume que un hombre sabrá lo que quiere o lo que necesita y cuando el hombre no percibe estas indirectas, le acusa de ser «insensible», a lo que los hombres responden con «¿Pero, qué esperas? ¡Yo no puedo leer la mente!». Las investigaciones demuestran que ciertamente los hombres no tienen demasiadas cualidades para leer la mente, pero la parte positiva es que pueden aprender y entrenarse para ser más conscientes de los mensajes vocales y corporales.

El próximo capítulo presentará un estudio que le enseñará la orientación sexual de su cerebro y le expondrá las razones de sus pautas de conducta.

Todo está en el cerebro



¿ES CIENCIA O FICCIÓN?



Estas ocurrentes ilustraciones del cerebro femenino y masculino nos resultan graciosas porque contienen un elemento de verdad, pero ¿cuánto? Pues, más de lo que se podría pensar en un principio. En este capítulo examinaremos los últimos datos científicos provenientes de investigaciones encefálicas.

Como podrá comprobar, este capítulo le abrirá los ojos respecto a las diferencias entre sexos y, gracias al sencillo y efectivo test que hemos incluido en las últimas páginas, podrá entender por qué su cerebro funciona de la forma que lo hace.

¿Por qué somos más inteligentes que los demás?

Observe los dibujos que se presentan a continuación y fíjese en dos diferencias notables entre los gorilas, el hombre de Neanderthal y el hombre de hoy en día. La primera es que nuestro cerebro es al menos tres veces mayor que el de un gorila y un tercio mayor que el de nuestros antepasados primitivos. Las evidencias fósiles revelan que nuestro cerebro ha mantenido su tamaño actual durante los últimos 50.000 años, experimentando pocos cambios en sus funciones. La segunda diferencia es que, en contraste con el hombre de Neanderthal y el gorila, el ser humano actual presenta una frente prominente que contiene el lóbulo encefálico frontal derecho e izquierdo, responsable de muchas de las habilidades únicas del hombre como pensar, descifrar mapas y hablar. Gracias a estas funciones somos superiores al resto de animales.



El cerebro de la mujer y del hombre no han evolucionado idénticamente y por eso muestran diferentes puntos fuertes, talentos y habilidades. Los hombres, cuya tarea principal era la caza, necesitaban que ciertas áreas encefálicas desarrollasen el sentido de la orientación y la habilidad para crear utensilios que les permitiesen dar en un blanco a larga distancia. Los hombres no necesitaban destacar en el arte de la conversación ni ser sensibles a las emociones de los demás y, por esta razón, nunca desarrollaron su área encefálica relacionada con las habilidades interpersonales.

Por el contrario, las mujeres necesitaban tener aptitudes para orientarse en las distancias cortas, una visión periférica para controlar los alrededores, habilidad para realizar diferentes actividades al mismo tiempo, así como facultad comunicativa. Como consecuencia de estas necesidades, el cerebro femenino y masculino desarrolló zonas específicas que se encargaban de cada habilidad.

Hoy en día, se podría pensar que la sociedad antigua era muy sexista, pero de este tema nos encargaremos más adelante.

Cómo defienden nuestros cerebros el territorio

«Es muy difícil deshacerse de viejas costumbres» dice la gente mayor. «La memoria genética es un hecho y funciona», dicen los científicos. La memoria genética forma parte de nuestra conducta instintiva. Naturalmente, es lógico que el haber estado sentados en una cueva controlando los alrededores, defendiendo el territorio y los distintos problemas de supervivencia durante miles de años hayan dejado una profunda huella en los hombres actuales.

Basta con fijarse en la conducta que presentan en un restaurante. La mayoría de los hombres prefieren sentarse de espalda a la pared y de cara a la entrada del restaurante. Así se sienten cómodos, seguros y alerta. Nadie va a hacer algo que les coja por sorpresa, aunque hoy en día no se trate de un cazador sino de la letal y astronómica cuenta. En cambio, a las mujeres les suele dar igual sentarse de espaldas a un espacio abierto, siempre y cuando no estén solas o con niños porque de ser así, se sentarían de espaldas a la pared.

En casa los hombres también actúan instintivamente y prefieren dormir en el lado de la cama más próximo a la puerta (un acto simbólico de defender la entrada de la cueva). Si una pareja se muda de casa o pasa la noche en un hotel en el que la puerta está más cerca del lado en el que duerme la mujer, el hombre no podrá descansar a gusto o dormir tranquilamente, aunque no sepa el porqué. Normalmente, el cambiar de lado para que él esté más cerca de la puerta suele solucionar el problema.

Los hombres suelen bromear diciendo que duermen en el lado más cercano a la puerta por si tienen que salir por pies. En realidad se trata de su instinto defensor.

Cuando el hombre no está en casa, la mujer suele asumir su papel protector durmiendo en su lado de la cama. Por la noche, el más mínimo sonido agudo puede despertar a una mujer porque ésta lo asimila con el llanto de un bebé. Sin embargo, los hombres, para pesar de muchas mujeres, dormirán como un tronco si se trata de ruidos agudos, pero su cerebro detectará sonidos asociados con el movimiento por lo que incluso el sonido de una rama que se cae de un árbol puede despertarle en décimas de segundo, permitiéndole prepararse para un posible ataque. Las mujeres no se suelen percatar de estos sonidos, a no ser que el hombre no esté en casa, ya que en estos casos, su cerebro se programa para asumir el papel defensor del hombre y oír cualquier sonido de movimiento.

Detrás de una idea brillante, se esconde un gran cerebro

Aristóteles, el gran filósofo griego, creía que el centro del pensamiento residía en el corazón mientras que el cerebro se encargaba de mantener templada la temperatura del cuerpo. De ahí que contemos con numerosas expresiones emotivas relacionadas con el corazón. Puede que esta teoría parezca ridícula en la actualidad, pero hasta finales del s. XIX prestigiosos expertos seguían apoyando la teoría aristotélica.

En 1962 Roger Sperry ganó el Premio Nobel al identificar que los dos hemisferios cerebrales eran responsables de funciones intelectuales diferentes. La tecnología avanzada con la que contamos hoy en día nos permite observar el funcionamiento de nuestro encéfalo, pero nuestro conocimiento de las funciones cerebrales es todavía muy básico. Se sabe que el hemisferio derecho, responsable de las funciones creativas, controla la parte izquierda del cuerpo mientras que el hemisferio izquierdo controla la lógica, la razón, el habla y la parte derecha del cuerpo. El hemisferio izquierdo alberga, especialmente

en los hombres, las áreas del lenguaje y el vocabulario y, de forma complementaria, el hemisferio derecho almacena y controla información visual.

La gente zurda suele tener mejor conexión con el hemisferio derecho, la parte creativa del cerebro. Por esta razón hay un número desproporcionado de zurdos genios en el ámbito artístico como Albert Einstein, Leonardo Da Vinci, Picasso, Lewis Carroll, Greta Garbo, Robert De Niro y Paul McCartney. También hay evidencias de que el número de zurdos es superior en las mujeres que en los hombres y de que el 90% de la población mundial es diestro.

Las pruebas demuestran que las mujeres obtienen una puntuación un 3% más elevada en los test de inteligencia general que los hombres.

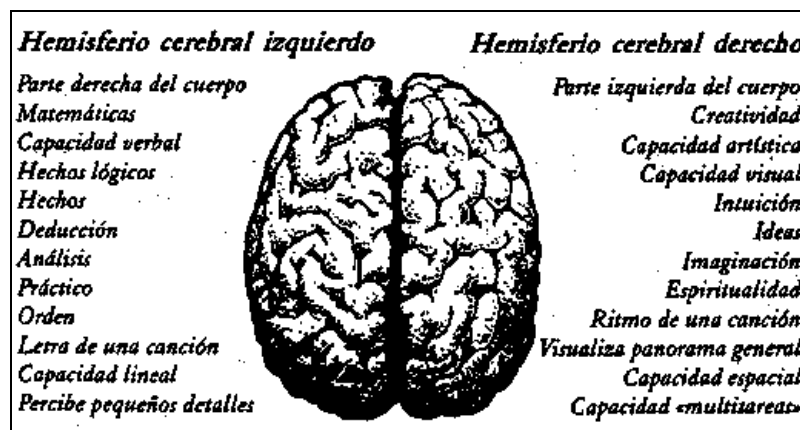
Hasta la década de los sesenta, la mayoría de los datos que se conocían sobre el cerebro humano provenían de soldados que habían dejado sus vidas en el campo de batalla. El problema fue que la mayoría de los cerebros sobre los que se investigaba eran masculinos por lo que sólo se podía asumir que el cerebro femenino funcionaba de igual forma.

Hoy en día, las últimas investigaciones revelan que el cerebro femenino difiere notablemente en su funcionamiento, lo que podría explicar la mayoría de los problemas que tienen las parejas. El cerebro femenino es ligeramente más pequeño que el masculino, pero los estudios demuestran que no hay diferencia en cuanto a las funciones cerebrales. En 1997 el investigador danés Berte Pakkenberg, miembro del Departamento de Neurología del Hospital Municipal de Copenhague probó que, en general, el hombre contaba con cuatro mil millones de células cerebrales más que la mujer, pero, en general, las mujeres obtenían unos resultados un 3 por ciento más elevados en los test de inteligencia general.

¿Qué hay en qué parte del cerebro?

En la página siguiente presentamos un diagrama sobre la visión más aceptada de las funciones cerebrales realizadas por cada hemisferio.

Si bien es cierto que la investigación cerebral y nuestro conocimiento sobre su funcionamiento aumentan a pasos agigantados y que existen ciertas áreas en las que los científicos y los investigadores coinciden, también hay muchos ámbitos de esta ciencia cuyos resultados quedan sujetos a numerosas interpretaciones. Uno de los campos en los que hay consenso es en el uso de Imágenes de Resonancia Magnética (IRM), que miden la actividad eléctrica del cerebro y permiten identificar y delimitar con exactitud la localización de muchas funciones específicas del cerebro. Con equipos de escáner cerebral, se puede observar qué parte del cerebro esta realizando una tarea concreta y, cuando el escáner cerebral muestra una zona que realiza una función, normalmente significa que la persona tiene aptitudes para desarrollar dicha tarea, que disfruta realizándola y que se siente atraída hacia este tipo de trabajos.



Por ejemplo, en muchos hombres se destaca una zona específica del cerebro para orientarse lo que quiere decir que esta tarea les resulta fácil, que disfrutaban haciendo planos y que les gusta realizar trabajos en los que tienen que utilizar el sentido de la orientación. En las mujeres suele sobresalir la zona cerebral relacionada con el lenguaje, lo que implica que tienen cualidades para ello, les gusta, les resulta fácil y se suelen sentir atraídas hacia ámbitos laborales en los que tienen que utilizar esta habilidad como, por ejemplo, la psicología o la enseñanza. Cuando no aparece destacada una zona cerebral relacionada con ciertas habilidades significa que la persona no disfruta desarrollando dicha tarea. De ahí que resulte tan difícil encontrar destacada el área cerebral de la orientación en las mujeres como encontrar consuelo en un psicólogo masculino o como aprender un idioma «correctamente pronunciado» cuando el profesor es un hombre.

¿Dónde empezó la investigación cerebral?

Las primeras investigaciones científicas registradas para subrayar las diferencias entre los sexos fueron llevadas a cabo por Francis Galton en el Museo de Londres en el año 1882. El investigador concluyó que los hombres mostraban mayor sensibilidad para los sonidos «llamativos» (como las tonalidades agudas y estridentes), tenían mayor habilidad con las manos y se mostraban menos sensibles al dolor que las mujeres. Por la misma fecha en Estados Unidos, un estudio de similares características resolvió que los hombres preferían el color rojo al azul, su vocabulario era más formal y se inclinaban por resolver problemas técnicos antes que los domésticos. El estudio afirmó que las mujeres podían oír mejor,

utilizaban más palabras que los hombres y preferían trabajar en problemas y tareas de forma individual.

Las primeras investigaciones sobre las áreas del cerebro relacionadas con funciones concretas se realizaron con pacientes que manifestaban daños cerebrales. Se descubrió que los hombres que tenían dañado el hemisferio cerebral izquierdo mostraban una gran pérdida, que en algunos casos era total, en la capacidad para hablar y en el vocabulario que utilizaban, mientras que las mujeres que tenían dañada la misma zona cerebral no mostraban una reducción similar de estas capacidades, lo que indicaba que las mujeres contaban con más de un centro cerebral dedicado al habla.

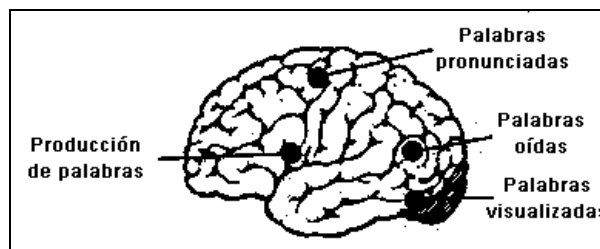
Los hombres eran de entre tres a cuatro veces más propensos a padecer pérdidas o problemas relacionados con el habla y también presentaban menos probabilidades de recuperar dichas habilidades. Los daños causados en el hemisferio cerebral izquierdo pueden dejar mudo a un hombre, pero si una mujer recibe los mismos daños, seguramente seguirá hablando.

Los hombres con daños cerebrales en el hemisferio derecho perdieron parcial o completamente sus habilidades espaciales (la capacidad para pensar en tres dimensiones y para dar vueltas a los objetos mentalmente y observarlos desde diferentes ángulos). A modo de ejemplo citaremos que la mujer ve un plano arquitectónico en dos dimensiones mientras que el cerebro masculino lo percibe tridimensional, es decir, percibe mayor profundidad. La mayoría de los hombres tienen la habilidad para visualizar cómo será un edificio cuando esté terminado. Los estudios demostraban que las mujeres que sufrían daños cerebrales en las mismas áreas del hemisferio derecho que el hombre no manifestaban grandes alteraciones en sus habilidades espaciales.

Doreen Kimura, profesora de psicología en la Universidad de Ontario, reveló que los desórdenes en el habla ocurren en los hombres que presentan daños únicamente en el hemisferio cerebral izquierdo, pero en las mujeres, para que la capacidad del habla se vea disminuida de forma similar, los lóbulos frontales de ambos hemisferios tienen que estar dañados. La tartamudez es un defecto en el habla casi exclusivo de los hombres y por cada niña que acude a clases de refuerzo de lectura hay entre tres a cuatro niños. Se podría decir, de forma sencilla y clara, que los hombres tienen habilidades limitadas cuando se trata del habla y la conversación. Este resultado no sorprenderá a muchas mujeres, ya que los libros de historia demuestran que la falta de habilidad para comunicarse ha hecho que éstas se desesperen y se tiren de los pelos durante miles de años.

¿Cómo se analiza el cerebro?

Desde principios de los noventa, los equipos de escáner cerebral se han desarrollado hasta llegar al punto en el que es posible ver el funcionamiento del cerebro directamente desde una pantalla de televisión utilizando escáners de Tomografía Axial Computarizada (TAC) e Imágenes de Resonancia Magnética (IRM). Marcus Raichle de la Facultad de Medicina de la Universidad de Washington midió las áreas donde se presentaba mayor metabolismo en el cerebro para destacar exactamente las zonas responsables de habilidades concretas. Aquí mostramos los resultados:



Zonas cerebrales específicas delimitadas mediante la utilización de IRM

En 1995, en la Universidad de Yale, un equipo de científicos dirigidos por Bennett y Sally Shaywitz llevaron a cabo pruebas realizadas tanto a hombres como a mujeres para intentar establecer qué parte del cerebro se utilizaba para rimar palabras. Gracias a la utilización de las IRM para detectar cualquier pequeño cambio que se produjese en las distintas partes cerebrales, confirmaron que, en las tareas relacionadas con el habla los hombres utilizaban casi exclusivamente el hemisferio izquierdo, mientras que las mujeres empleaban ambos hemisferios. Estos experimentos, junto con infinidad de pruebas realizadas en la década de los noventa, muestran un resultado uniforme: el cerebro del hombre y de la mujer funcionan de forma diferente.

Haga la prueba y pregúntele a hombres y a mujeres si sus cerebros funcionan de forma distinta. Los hombres le dirán que creen que sí porque el otro día leyeron algo en el periódico, o en Internet que...

Las mujeres afirmararán tajantemente que sí, que funcionan diferente.

Las investigaciones también demuestran que el hemisferio izquierdo de una niña se desarrolla más rápido que el de un niño y por esa razón hablará antes y mejor que su hermano, sabrá leer antes y aprenderá una lengua extranjera mucho más rápido. Esto también podría explicar porqué las consultas de los logopedas están llenas de niños pequeños que necesitan tratamiento.

Por el contrario, el hemisferio cerebral derecho se desarrolla más rápido en los niños, lo que les facilita el desarrollo espacial y lógico. De ahí que los niños sean excelentes en matemáticas, construcción, puzzles, así como resolviendo problemas, capacidades que dominan mucho antes que las niñas.

Puede que esté de moda decir que las diferencias entre ambos sexos son mínimas o irrelevantes, pero los hechos científicos no apoyan esta opinión. Desgraciadamente, vivimos en una sociedad que insiste en

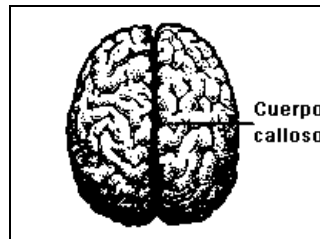
la igualdad, a pesar de que las evidencias científicas demuestran que tenemos estructuras cerebrales diferentes y que hemos evolucionado por caminos divergentes que han provocado que nuestras capacidades e inclinaciones sean también distintas.

¿Por qué las mujeres tienen mejores conexiones?

El hemisferio cerebral derecho e izquierdo están conectados por un haz de fibras nerviosas denominadas el cuerpo calloso. Esta banda de fibras permite que los hemisferios se conecten entre sí e intercambien información.

Se puede realizar un símil con dos ordenadores que estuviesen situados en sus hombros y tuviesen un cable que los conectase entre sí. Este cable sería el equivalente al cuerpo calloso.

El neurólogo Roger Gorski de la Universidad de California, confirmó que el cerebro de una mujer tiene un cuerpo calloso más grueso que el del hombre y por eso la mujer tiene un 30% más de conexiones entre los hemisferios que el hombre. El prestigioso neurólogo también demostró que el hombre y la mujer utilizan diferentes zonas cerebrales para realizar una misma tarea. Estas cifras han sido incluso duplicadas por otros científicos.



El cuerpo calloso

Las investigaciones revelan además que el estrógeno, la hormona femenina, impulsa a las células nerviosas a establecer más conexiones entre los dos hemisferios cerebrales. Los estudios revelan que a más conexiones, más fluidez en el habla. Este hecho también es el responsable de la habilidad que muestran las mujeres para llevar a cabo dos tareas que no están relacionadas y, asimismo, pone sobre la mesa hechos que hasta ahora se habían incluido bajo la expresión «intuición femenina». Como ha sido expuesto, la mujer tiene mayor percepción sensorial, que combinada al hecho de que cuente con mayor número de conexiones de fibras que facilitan la transmisión de información entre los hemisferios, hace que pueda emitir juicios precisos sobre personas y situaciones a nivel intuitivo.

¿Por qué los hombres no pueden hacer dos cosas a la vez?

Todos los resultados de investigaciones coinciden: el cerebro del hombre está especializado, está dividido en secciones y configurado para concentrarse en una tarea específica. Esta es la razón por la que muchos hombres se quejan de que no pueden hacer *dos cosas a la vez*. Cuando un hombre aparca el coche para mirar una dirección en el mapa, ¿qué es lo primero que hace con la radio? ¡Baja el volumen! Muchas mujeres no entienden el porqué. Ellas pueden mirar el mapa, escuchar y hablar al mismo tiempo entonces, ¿por qué no pueden hacerlo ellos también? ¿Por qué se pone tan pesado con lo de bajar el volumen de la tele cada vez que suena el teléfono? «Cuando está leyendo el periódico o viendo la televisión, ¿por qué no escucha lo que le digo?» Esta es una queja que todas las mujeres del mundo han pronunciado en algún momento. La respuesta es que el cerebro masculino está configurado para hacer *sólo una cosa* porque tiene menos conexiones de fibras nerviosas entre los dos hemisferios cerebrales y porque su encéfalo está dividido en más secciones. Si se hace un escáner cerebral del hombre cuando lee se comprobará que está virtualmente sordo.

El cerebro de una mujer está configurado para realizar más de una tarea al mismo tiempo. Es totalmente capaz de hacer a la vez cosas que no tienen nada que ver entre sí y su cerebro siempre está activo. Así, puede estar hablando por teléfono y estar cocinando una nueva receta al mismo tiempo que ve la televisión. También puede estar conduciendo, poniéndose maquillaje y escuchando la radio mientras habla por el teléfono inalámbrico. Sin embargo, si un hombre está cocinando una receta nueva y se le ocurre hablarle seguramente se enfadará porque no puede seguir las instrucciones y escuchar al mismo tiempo. Si se está afeitando y usted le está hablando mientras tanto se hará un corte. Muchas mujeres han sido acusadas de ser las culpables de que el hombre no se haya percatado de la última salida de la autopista porque la mujer le estaba hablando. Una mujer nos contó que cuando se enfada con su marido, le habla cuando está intentando clavar algo con el martillo.



Un hombre puede leer o escuchar, pero es incapaz de hacer las dos cosas a la vez

Debido a la mayor interconexión entre los hemisferios del cerebro femenino, a las mujeres les suele resultar más difícil diferenciar la derecha de la izquierda. Alrededor del 50% de las mujeres no puede reconocer instantáneamente cuál es su mano derecha o izquierda sin fijarse antes en un anillo o en algún lunar. Por el contrario, los hombres, que suelen operar sólo con uno de los dos hemisferios, muestran mucha más facilidad para distinguirlas. Por consiguiente, en todo el mundo el hombre le reprocha a la mujer que le dijo que girase a la derecha cuando en realidad era a la izquierda.

Haga la prueba del cepillo de dientes

Haga la prueba de cepillarse los dientes. La mayoría de las mujeres pueden cepillarse los dientes mientras caminan y hablan sobre diferentes temas. Son capaces de cepillarse los dientes de arriba abajo con una mano mientras con la otra le quitan el polvo a una mesa haciendo movimientos circulares. A la mayoría de los hombres este ejercicio les resulta muy difícil, por no decir prácticamente imposible.

Cuando los hombres se cepillan los dientes, su estructura cerebral hace que se centren sólo en realizar esa tarea y por eso se suelen situar en frente del lavabo, a unos 30 cm de distancia, con el cuerpo doblado hacia la pica mientras mueven sus cabezas hacia delante y hacia atrás en sentido contrario al cepillo y normalmente al ritmo del agua.

¿Por qué somos quienes somos?

En una época en la que criamos a los niños y a las niñas como si fuesen idénticos, la ciencia está probando que en realidad su forma de pensar es notablemente divergente. La conclusión a la que han llegado neurólogos e investigadores cerebrales de todo el mundo es que somos quienes somos debido a nuestras hormonas.

Somos quienes somos debido a las hormonas. Somos el resultado de nuestra química.

El pensamiento de finales del s. XX sostiene que nacemos con una mente en blanco y que nuestros padres, profesores y entorno dictan nuestras actitudes y nuestras elecciones. Sin embargo, las investigaciones cerebrales revelan que nuestra mente está configurada como un sofisticado ordenador hacia las 6-8 semanas después de la gestación. En esa fase el «sistema operacional» está en marcha y ya hay instalados numerosos «programas» para que al nacer estemos ya predeterminados, como si se tratase de un ordenador que viene equipado con programas de disco duro y otros complementos.

La ciencia también demuestra que el sistema operativo básico y su estructura sólo se modifican limitadamente después del nacimiento. Nuestro entorno y los profesores sólo pueden añadir datos y poner en marcha programas que sean compatibles con nuestra configuración. Además, hasta ahora no ha habido «instrucciones de uso» a nuestra disposición. Esto significa que cuando nacemos nuestras elecciones futuras y preferencias sexuales ya están determinadas. ¿Naturaleza vs. crianza? Ya no hay cuestión. La naturaleza ganó la batalla desde el principio y ahora sabemos que criar y educar a un niño son conductas adquiridas, tal y como demuestran las madres adoptivas, que crían y educan a los niños como si se tratase de sus madres biológicas.

Programar el feto

La mayoría de nosotros tenemos 46 cromosomas que serían como los ladrillos para un edificio o como la tinta para una pluma. De estos cromosomas, 23 provienen de la madre y los 23 restantes del padre. Si el cromosoma proveniente de la madre que hace el número 23 es X y el del padre también, el resultado es un bebé XX, es decir, una niña. En cambio, si el cromosoma número 23 del padre es una Y se obtendrá un bebé XY, un niño. La plantilla básica del cuerpo del ser humano es femenina (todos somos creados en un principio como niñas) y por eso los hombres mantienen ciertos rasgos femeninos como los pezones y las glándulas mamarias.

La ciencia demuestra que Eva fue la primera.

Entre las 6 y 8 semanas después de la concepción, el feto todavía no tiene sexo y puede desarrollar potencialmente tanto genitales femeninos o masculinos.

Gunther Dorner, científico alemán pionero en ciencias sociales, fue uno de los primeros en apoyar la teoría de que nuestra identidad sexual se forma entre las seis y las ocho semanas posteriores al momento de concepción. Su investigación demostró que si el feto es genéticamente masculino (XY), desarrollará células especiales que producirán grandes cantidades de hormonas masculinas, especialmente la testosterona, hasta formar los testículos y configurarán el cerebro siguiendo los rasgos masculinos como, por ejemplo, la visión a larga distancia y las habilidades espaciales para facilitar la persecución, el tiro y la caza.

Supongamos que un feto masculino (XY) necesita al menos una unidad de hormona masculina para formar los genitales masculinos y otras tres unidades para configurar el cerebro de forma que funcione según los patrones masculinos, pero que por alguna de las razones que discutiremos más adelante, no recibe la dosis hormonal requerida. Imaginemos que necesita cuatro hormonas masculinas y sólo recibe tres. En este caso, la primera hormona se utilizará para formar los genitales masculinos, pero el cerebro sólo recibirá dos hormonas masculinas, resultando dos tercios de su estructura masculinos y un tercio femenino, por lo que el bebé será un niño, pero cuando vaya creciendo, aunque su cerebro será principalmente masculino, compartirá habilidades y patrones de pensamiento femeninos. Ahora supongamos que el feto masculino sólo recibe dos unidades de hormonas masculinas. Una de ellas se utilizará para formar los testículos y, por esta razón, el cerebro sólo podrá contar con una hormona en lugar de las tres necesarias para estructurar el cerebro masculino. De este modo, el bebé será genéticamente un niño, pero su forma de pensar será básicamente femenina. Cuando este bebé llegue a la pubertad, seguramente se convertirá en homosexual. En el capítulo octavo explicaremos este proceso.

Cuando se trata de un feto femenino (XX), hay muy poca (o inexistente) presencia de hormonas masculinas por lo que se formarán genitales femeninos y las estructuras cerebrales serán femeninas. Más adelante, el cerebro se configura con hormonas femeninas y desarrolla características de defensora del hogar, incluyendo centros neuronales que se encargarán de descodificar tanto las señales verbales como las de otro origen. El bebé será una niña y su conducta será femenina debido a su estructura cerebral. Hay ocasiones en que, normalmente por accidente, el feto femenino recibe dosis significativas de hormonas masculinas por lo que, aunque el bebé sea una niña, tendrá un cerebro más o menos masculino según la dosis recibida. También trataremos estos casos en el capítulo octavo.

Se estima que entre el 80 y el 85 por ciento de los hombres tienen una estructura cerebral masculina, resultando un porcentaje de hombres con cerebros feminizados, en mayor o menor medida, de entre el 15 y el 20 por ciento. La mayoría de los hombres que pertenecen a este último grupo son homosexuales.

Entre el 15 y el 20 por ciento de los hombres tienen cerebros feminizados, mientras que el 10 por ciento de las mujeres tienen cerebros masculinizados.

Cuando en este libro se menciona el sexo femenino, nos referimos al 90 por ciento de las niñas y mujeres que cuentan con una estructura cerebral femenina. Alrededor del 10 por ciento de las mujeres tienen una estructura cerebral que, en mayor o en menor medida, posee habilidades masculinas, puesto que recibieron una dosis hormonal masculina entre las seis y ocho semanas posteriores a su concepción.

A continuación presentamos un test muy sencillo, pero muy efectivo, que le mostrará hasta qué punto su cerebro está estructurado con pensamiento femenino o masculino. Las preguntas han sido extraídas de varios prestigiosos estudios sobre la sexualidad en el cerebro humano y el sistema de puntuación fue desarrollado por la genetista británica Anne Moir. No hay respuestas mejores o peores, pero el resultado le ofrecerá pistas interesantes sobre por qué usted toma ciertas decisiones y piensa de una determinada forma. Al final del test, puede anotarse el resultado en la gráfica que se ofrece en la página 79. Fotocopie el test y haga la prueba con sus familiares y compañeros de trabajo, el resultado será interesante para todos.

El test de la estructura cerebral

Este test está diseñado para indicar el grado de estructuración masculina o femenina de sus patrones cerebrales. Recordamos que no hay respuestas correctas o incorrectas y el resultado será simplemente una indicación de los niveles de hormonas masculinas que su cerebro recibió probablemente (o no recibió) durante las seis y las ocho semanas posteriores a su concepción. El nivel hormonal se refleja en sus preferencias, valores, conductas, estilo, orientaciones y elecciones.

Haga un círculo en las afirmaciones que suelen ser ciertas en su caso:

1. Cuando tiene que buscar una dirección en el mapa o en la guía, usted:
 - a. Tiene dificultades y casi siempre pide ayuda.
 - b. Tiene que darle vueltas al mapa hasta que lo orienta según su dirección.
 - c. No tiene ninguna dificultad para mirar mapas o guías.
2. Está cocinando una receta complicada mientras escucha la radio y, de repente, un amigo le llama por teléfono. Usted:
 - a. Deja la radio puesta y continúa cocinando mientras habla por teléfono.
 - b. Apaga la radio, sigue hablando por teléfono y cocinando.
 - c. Le dice que ya le llamará más tarde cuando haya terminado de cocinar.
3. Unos amigos van a venir a su casa y le piden que les indique el camino. Usted:
 - a. Les hace un mapa indicando claramente el camino y se lo manda o le pide a alguien que les indique exactamente cómo llegar.
 - b. Primero les pregunta si conocen algún punto de referencia por la zona y después les explica cómo llegar.
 - c. Les explica verbalmente cómo llegar «coge la M3 hasta llegar a tal pueblo, gira a la derecha, ve

hasta el segundo semáforo...».

4. Cuando intenta explicar una idea o un concepto, usted seguramente:
 - a. Utilizará un lápiz, un papel y gestos.
 - b. Explicará la idea verbalmente utilizando lenguaje corporal.
 - c. Explicará la idea verbalmente, siendo claro y conciso.
5. Cuando vuelve a casa después de haber visto en el cine una película fantástica, usted prefiere:
 - a. Recordar mentalmente las escenas de la película.
 - b. Hablar de las escenas y de lo que se dijo en la película.
 - c. Citar casi literalmente las palabras utilizadas en la película.
6. En una sala de teatro, prefiere sentarse:
 - a. A la derecha del teatro.
 - b. Le da absolutamente igual.
 - c. A la izquierda del teatro.
7. Un amigo tiene un problema técnico con algún aparato. Usted:
 - a. Le compadece y le dice cómo se siente usted cuando le pasa lo mismo.
 - b. Le recomienda a alguien fiable para que se lo repare.
 - c. Intenta averiguar cómo funciona el aparato y reparárselo usted mismo.
8. Se encuentra en un lugar desconocido y alguien le pregunta dónde está el norte. Usted:
 - a. Reconoce que no tiene ni idea.
 - b. Reflexiona un poco y averigua dónde está.
 - c. Puede señalar el norte sin ninguna dificultad.
9. Ha encontrado un lugar para aparcar el coche, pero es bastante pequeño y tiene que dar marcha atrás. Usted:
 - a. Intentará encontrar otro aparcamiento.
 - b. Intentará dar marcha atrás y aparcar cuidadosamente.
 - c. Hará las maniobras necesarias sin problema.
10. Esta viendo la televisión y suena el teléfono. Usted:
 - a. Descolgará el teléfono con el televisor en marcha.
 - b. Bajará el volumen del televisor y contestará.
 - c. Apagará el televisor, ordenará a la gente que se calle y entonces contestará.
11. Acaba de oír la nueva canción de su cantante favorito. Después de que la canción acabe, usted:
 - a. Puede cantar gran parte de la canción sin dificultad.
 - b. Puede cantar algunas partes sólo si se trata de una canción muy sencilla.
 - c. Encuentra realmente difícil acordarse de cómo sonaba la canción, pero puede acordarse de algunas palabras.
12. Cuando tiene que dar resultados:
 - a. Emplea su intuición.
 - b. Toma una decisión basada en la información que tiene a su disposición y en lo que le parece bien.
 - c. Utiliza hechos, estadísticas y datos.
13. Ha extraviado las llaves. Usted:
 - a. Decide hacer otras cosas hasta que alguien las encuentra.
 - b. Hace otras cosas, pero intenta recordar al mismo tiempo dónde puede haberlas puesto.
 - c. Intenta rebobinar mentalmente hasta recordar dónde las ha dejado.
14. Usted está en un hotel y, de repente, oye el ruido de una sirena. Usted:
 - a. Puede señalar inmediatamente de dónde procede el ruido.
 - b. Si se concentrase seguramente averiguaría el origen del ruido.
 - c. No podría identificar de dónde viene el ruido.
15. Usted va a una reunión social y le presentan a siete u ocho personas. Al día siguiente usted:
 - a. Puede acordarse fácilmente de sus caras.
 - b. Sólo recordaría algunas caras.
 - c. Seguramente recordaría los nombres antes que las caras.
16. Usted quiere pasar las vacaciones en el campo, pero su pareja quiere ir a la playa. Intenta convencerle de que su idea es mejor y para ello usted:
 - a. Le dice de forma emotiva lo que esas vacaciones significan para usted: le encanta el campo y los niños y la familia siempre se divierten allí.
 - b. Le dice que si accede a ir al campo usted le estará agradecido/a y no le importará ir a la playa la próxima vez.
 - c. Utiliza hechos: el lugar donde usted quiere ir está más cerca, es más barato y hay muchas actividades deportivas y de ocio organizadas.
17. Cuando planea sus actividades diarias, usted normalmente:
 - a. Hace una lista para ver qué hay que hacer.
 - b. Piensa en las cosas que necesita hacer.
 - c. Crea mentalmente un dibujo de la gente que tiene que ver, de los lugares a los que irá y de las cosas que hará.
18. Un amigo tiene un problema personal y a recurrido a usted. Usted:
 - a. Se muestra comprensivo.
 - b. Le dice que los problemas nunca son tan graves como parecen en un principio y le explica porqué.
 - c. Le ofrece sugerencias o opiniones lógicas para solucionar el problema.

19. Dos amigos suyos que están casados tienen amantes. Usted:
- Se dio cuenta casi al principio.
 - En una ocasión se dio cuenta y en la otra no.
 - No se dio cuenta en ninguna de las dos ocasiones.
20. A su parecer, ¿qué es lo más importante en la vida?
- Los amigos y vivir en armonía con todos cuantos le rodean.
 - Ser amable con los demás y mantener su independencia personal.
 - Conseguir objetivos valorados por otros como su respeto, prestigio y escalar posiciones.
21. Si le diesen a escoger, usted preferiría trabajar con:
- Un equipo en el que los integrantes fuesen compatibles.
 - Trabajar con gente, pero manteniendo su propio espacio.
 - Trabajar por su cuenta, independientemente.
22. Los libros que prefiere leer son:
- Novelas y ficción.
 - Revistas y periódicos.
 - Libros que no sean de ficción, como las autobiografías.
23. Cuando va de compras, usted suele:
- Comprar impulsivamente, especialmente cuando hay ofertas.
 - Tiene ya un plan, pero lo puede cambiar sobre la marcha.
 - Lee las etiquetas y compara los precios.
24. Usted prefiere ir a la cama, levantarse y comer:
- Cuando le apetece.
 - Siguiendo un horario bastante flexible. .
 - A la misma hora cada día.
25. Acaba de empezar en un nuevo trabajo y ha conocido a mucha gente nueva del personal. Uno de ellos, le llama a casa. Usted:
- Reconocería la voz sin problemas.
 - No está seguro de si reconocería la voz.
 - Tiene graves dificultades para identificar las voces.
26. ¿Qué es lo que más le afecta cuando discute con alguien?
- Su silencio, que no responda.
 - Cuando no entienden su punto de vista.
 - Sus retos y comentarios fundamentados y demostrados.
27. Cuando iba al colegio, ¿cómo se le daban los ejercicios de deletrear y de escribir?
- Le parecían unos ejercicios muy fáciles.
 - Uno de los dos ejercicios se le daba bien, pero el otro no.
 - No se le daban muy bien.
28. Cuando tiene que bailar o hacer ejercicios con ritmo, usted:
- Puede «sentir» la música una vez se ha aprendido los pasos.
 - Puede hacer algunos ejercicios o bailes, pero otros le cuestan un poco.
 - Tiene dificultades para compaginar los pasos con el ritmo.
29. ¿Se le da bien identificar e imitar sonidos animales?
- No muy bien.
 - Regular.
 - Muy bien.
30. Al final de un largo día, usted normalmente prefiere:
- Hablar con sus amigos o su familia sobre su día.
 - Escuchar a otros y hablar sobre el día que han tenido.
 - Leer el periódico y ver la tele antes que hablar.

Cómo se debe hacer la puntuación del test

Primero debe sumar el número de respuestas A, B y C, empleando la siguiente tabla para llegar a un número final.

Para hombres

Número de respuestas A x 15 puntos =

Número de respuestas B x 5 puntos =

Número de respuestas C x (-5) puntos =

Puntos totales =

Para mujeres

Número de respuestas A x 10 puntos =

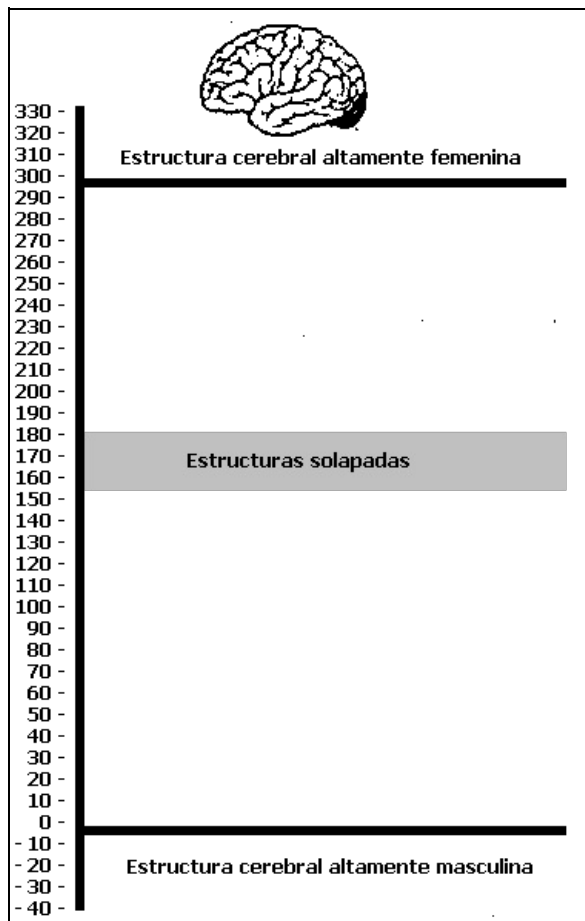
Número de respuestas B x 5 puntos =

Número de respuestas C x (-5) puntos =

Puntos totales =

En las preguntas en las que las respuestas no reflejaban su opción y, por tanto, las dejó en blanco, cuéntese cinco puntos.

El test de la estructura cerebral



Análisis del resultado

El resultado de la mayoría de los hombres se situará entre 0 y 180, mientras que el de las mujeres se encontrará entre 150 y 300 puntos. Los cerebros que tienen estructuras de pensamiento masculino suelen situarse por debajo de los 150 puntos y, cuanto más próximas del cero están, más masculinas son sus estructuras y mayor será su nivel de testosterona. Este tipo de hombres demuestran notables facultades lógicas, analíticas y verbales y suelen ser disciplinados y organizados. Normalmente, cuanto más cercanos al cero se sitúen, mejores serán sus habilidades contables y estadísticas, y en el ámbito emocional mantendrán sus sentimientos bajo control. Los resultados que se sitúan en la línea bajo cero corresponden a estructuras mentales altamente masculinas que prueban que altas dosis de testosterona estuvieron presentes en la primera etapa del desarrollo fetal. En el caso de las mujeres, cuanto más bajos sean sus resultados, más probabilidades existen de que la mujer tenga tendencias lésbicas. Los cerebros con estructuras mentales femeninas suelen conseguir una puntuación superior a 180. A mayor puntuación, más feminidad en las estructuras mentales y, por lo tanto, más talento creativo, artístico y musical. La mayoría de las mujeres que poseen estructuras mentales femeninas toman sus decisiones en función de la intuición o de lo que les parece más adecuado y suelen ser bastante eficientes a la hora de reconocer problemas utilizando los mínimos datos disponibles. También muestran facultades para solucionar problemas recurriendo a su creatividad e ingenio. Cuanto más alto de los 180 puntos se sitúe el resultado de un hombre en este test, mayor probabilidad de que sea homosexual.

Los hombres que obtienen una puntuación por debajo de los cero puntos y las mujeres que obtienen más de 300 puntos tienen una estructura mental tan opuesta que se podría decir que lo único que tienen en común es que viven en el mismo planeta.

El solapamiento

Los resultados entre 150 y 180 puntos demuestran compatibilidad de pensamiento en ambos sexos o una inclinación bisexual. Las personas clasificadas en esta zona, tienen un pensamiento que no es ni típicamente femenino ni masculino y suelen mostrar gran flexibilidad en sus opiniones lo que puede ser una gran ventaja a la hora de resolver cualquier tipo de problema y de relacionarse con ambos sexos.

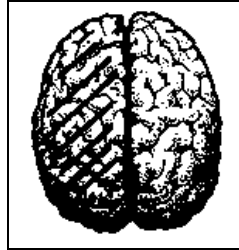
El punto final...

Desde principios de la década de los ochenta, nuestro conocimiento sobre el cerebro ha sobrepasado las previsiones más esperanzadoras. El presidente norteamericano George Bush denominó la década de los noventa como la Década del Cerebro y ahora estamos a las puertas del Milenio de la Mente. En la investigación cerebral y sus diversas áreas funcionales, hemos intentado simplificar la ciencia de la neurología evitando excesivos tecnicismos, a pesar de ser conscientes de que las estructuras cerebrales forman complejos entramados neuronales y celulares que conforman las diferentes áreas encefálicas.

Sin embargo, usted no quiere ser neurólogo, sino que probablemente sólo quiera entender el funcionamiento cerebral básico y aprender algunas estrategias que le ayuden en sus relaciones con el sexo opuesto. Resulta sencillo detectar la zona cerebral responsable de las habilidades espaciales en los hombres y, por lo tanto, desarrollar estrategias para esta zona, pero resulta mucho más difícil apreciar

qué zona se activa en el cerebro en relación con las sensaciones. Aún así, intentaremos desarrollar estrategias efectivas para solucionar los problemas emocionales.

Para los hombres, el habla no es una habilidad específica de su cerebro, ya que sólo utilizan el hemisferio izquierdo y en las investigaciones no se ha encontrado una zona especializada. Los estudios llevados a cabo con personas que mostraban daños en el hemisferio cerebral izquierdo demostraron que la mayoría de los desórdenes en el habla ocurrían en los hombres que tenían dañado el hemisferio izquierdo en la parte posterior, mientras que en el caso de las mujeres, éstas solían manifestar daños en el hemisferio izquierdo en la parte frontal. Cuando un hombre está hablando, los escáners de IRM muestran que se activa, la totalidad de su hemisferio cerebral izquierdo que busca una zona localizada del habla, pero que no la encuentra. Por consiguiente, no muestran demasiadas cualidades lingüísticas.



Localización de la función del habla en el hombre

Los hombres tienen una tendencia a decir las cosas entre dientes y a no vocalizar. Suelen utilizar muletillas como «um» «ah» y «entonces» durante el transcurso de una conversación y también son propensos a relajar la pronunciación de ciertas consonantes como la «g» final en el caso del inglés o la «d» intervocálica en los participios en castellano por lo que, por ejemplo, suelen decir «he perseguido» en vez de «he perseguido». También es relevante mencionar que los hombres sólo utilizan tres tonos de voz distintos al hablar, mientras que las mujeres utilizan cinco. Cuando los hombres se juntan para ver un partido de fútbol por la televisión, se limitan a ver la televisión, y su única conversación es: «¡Hey!, pásame las patatas fritas» y «¿queda más cerveza?», pero si un grupo de mujeres se reúnen para ver un programa, ese propósito inicial suele ser una excusa para hablar, por eso cuanto más básico sea el programa, por ejemplo un culebrón, mejor.

Quizás el caso más obvio sean los deportes. En una rueda de prensa en la que las jugadoras de baloncesto explican el partido, podemos observar que lo describen exactamente y de forma totalmente comprensible. En cambio, cuando la prensa entrevista a los jugadores masculinos, no sólo es difícil que lo poco que tienen que decir sobre el partido tenga sentido, sino que parece que ni mueven la boca al hablar. En los adolescentes esta diferencia es también notable. Seguro que si le preguntamos a nuestra hija qué tal fue la fiesta a la que asistió la noche anterior, nos relatará minuciosamente todo cuanto aconteció: quién dijo qué, lo que la gente llevaba puesto, la actitud... Sin embargo, si le preguntamos lo mismo a nuestro hijo, contestará: «Uhh... estuvo bien».

El día de San Valentín, las floristerías cuelgan el mensaje «dígaselo con flores» porque saben que los hombres tienen dificultades para expresar sus sentimientos con palabras. Comprar una tarjeta de felicitación no es un problema para un hombre, sin embargo qué escribir dentro ya es otro asunto.

Los hombres suelen escoger tarjetas de felicitación que tienen un mensaje largo escrito dentro. Así, les queda menos espacio para escribir.

Hay que recordar que los hombres no evolucionaron para ser comunicadores, sino cazadores. Para la caza utilizaban una serie de señales no verbales y, a menudo, los cazadores se sentaban silenciosos a observar su presa durante horas. No solían hablar o reunirse. Hoy en día, podemos observar que a pesar de que los hombres se reúnan para ir a pescar, pueden pasar horas y horas separados sin decirse nada. Eso no significa que no se lo estén pasando bien, sino que no necesitan expresarse con palabras. Si ocurriese lo mismo en el caso femenino sería una señal inequívoca de que algo no va bien. Los hombres sólo rompen las distancias y se vuelven habladores cuando dejan libre el área de la comunicación en su clasificado cerebro gracias a copiosas cantidades de alcohol.

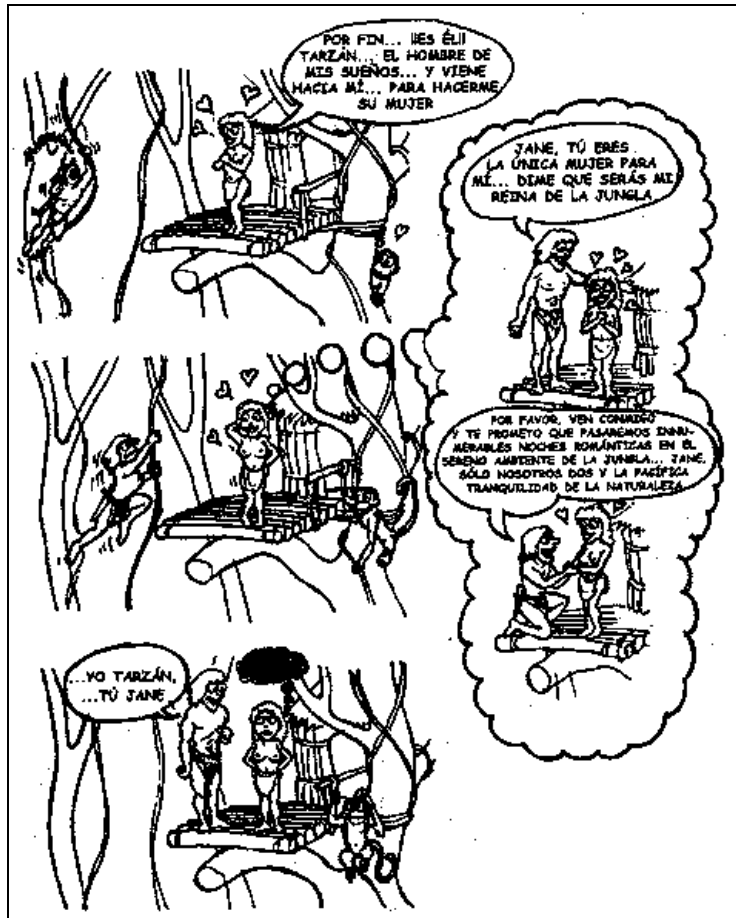
Los niños y el colegio

Durante los primeros años de su educación, los niños no suelen destacar en el colegio, debido principalmente a que sus habilidades verbales son inferiores a las de las niñas. En consecuencia, no suelen sacar buenas notas en las lenguas extranjeras, en la lengua propia y en humanidades en general. Se sienten estúpidos en frente de las niñas, que muestran gran fluidez en su expresión, y se vuelven revoltosos y alborotadores en clase. La idea de que los niños empezasen el colegio un año más tarde, cuando sus habilidades lingüísticas estuviesen equilibradas con las niñas un año menores, parece ser bastante coherente. Con esta reforma, los niños se sentirían más iguales y, por lo tanto, menos intimidados por la fluidez verbal de las niñas.

En los años más avanzados, las niñas suelen tener dificultades en materias como física o ciencias en general, puesto que la habilidad espacial resulta imprescindible. Sin embargo, mientras que los padres suelen preocuparse e intentar remediar las carencias verbales de sus hijos llevándoles a clases o terapias particulares, no existe tal preocupación respecto al deficiente razonamiento espacial de las niñas, que a falta de ayuda, acaban en su mayoría abandonando esas asignaturas y eligiendo otras más adecuadas a sus habilidades.

En Inglaterra existen colegios que imparten clases separadas para niños y niñas en materias como

lengua inglesa, matemáticas y ciencias. Por ejemplo, el colegio Shenfield de Essex permite que sus alumnos y alumnas aprendan en clases separadas en las que no existe rivalidad con el sexo opuesto. En los exámenes de matemáticas, a las niñas les hacen preguntas relacionadas con jardines, mientras que las preguntas de los niños hablan de almacenes. Este tipo de separación se centra en las preferencias naturales de las estructuras cerebrales masculinas y femeninas y los resultados suelen ser espectaculares. En este colegio, en lengua inglesa los niños han conseguido unos resultados cuatro veces más elevados que la media nacional y en matemáticas y ciencia los resultados de las niñas casi duplican la media del resto de colegios.

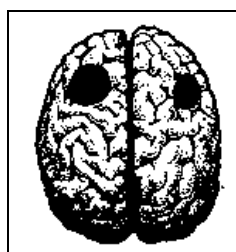


Los hombres nunca han sido buenos conversadores

¿Por qué las mujeres son grandes conversadoras?

En las mujeres, la habilidad del habla se sitúa en una zona específica localizada principalmente en la parte frontal del hemisferio cerebral izquierdo y en una zona más pequeña del hemisferio derecho. El poseer áreas en ambos hemisferios permite que las mujeres sean buenas comunicadoras. Disfrutan hablando y no hay duda de que practican mucho esta habilidad. Al poseer zonas específicas que controlan el habla, el resto del cerebro femenino queda libre para realizar otras tareas, por lo que pueden poner en práctica más de una cosa a la vez.

Las últimas investigaciones han demostrado que un bebé puede reconocer la voz de su madre mientras se encuentra en el vientre, probablemente debido a la resonancia de la voz a través del cuerpo materno. Un bebé de tan sólo cuatro días puede diferenciar los patrones lingüísticos de su lengua nativa de los de lenguas extranjeras y a los cuatro meses los niños pueden distinguir los movimientos labiales asociados con la pronunciación de vocales. Antes de cumplir un año, los bebés ya pueden empezar a asociar las palabras con su significado y a los dieciocho meses ya tendrán un vocabulario básico que a los dos años, en el caso de niñas, se habrá ampliado hasta las 2.000 palabras. Sin duda son unos logros, tanto intelectuales como físicos, que dejan pasmado a cualquiera si se comparan con el ritmo de aprendizaje de un adulto.



Localización de la habilidad del habla en la mujer

El hecho de tener una zona cerebral específica encargada del habla permite que las niñas aprendan lenguas extranjeras más rápida y fácilmente que los niños. Asimismo, también explica que las niñas saquen mejores notas en gramática, ortografía y puntuación. En los 25 años que llevamos impartiendo seminarios en países extranjeros, rara ha sido la vez que hemos tenido un hombre traductor, normalmente son mujeres.

Asignatura	Nº de profesores	% mujeres	% hombres
Español	2.700	78	22
Francés	16.200	75	25
Alemán	8.100	75	25
Teatro	8.900	67	33
Otras lenguas	1.300	70	30

Asignaturas que requieren habilidad verbal (Profesores de lenguas en el Reino Unido en 1998)

Esta tabla demuestra que las mujeres superan en número en las asignaturas en las que se necesita recurrir a la habilidad verbal del hemisferio cerebral izquierdo. La zona cerebral específica del habla les otorga superioridad lingüística y verbal.

Estos datos muestran que incluso en las áreas de la sociedad que se jactan de ser políticamente correctas, como la educación y el gobierno, las estructuras mentales femeninas y masculinas influyen en la elección de las asignaturas que el profesor imparte. Los grupos que se pronuncian a favor de la igualdad y que creen que lo están consiguiendo porque del *total* de su profesorado la mitad son hombres y la mitad mujeres, en realidad no logran tal objetivo porque, como puede observarse, las mujeres dominan claramente las áreas que requieren habilidades verbales.

El hemisferio cerebral izquierdo controla las funciones físicas de la parte derecha del cuerpo, por eso la mayoría de la gente es diestra y la escritura de las mujeres suele ser más clara y legible que la de los hombres (las zonas de habla específicas en las mujeres determinan un mejor uso de la lengua, tanto oral como escrita).

¿Por qué las mujeres necesitan hablar?

Los cerebros masculinos están extremadamente clasificados y poseen gran capacidad para separar y almacenar información. Al final de un día en el que se han producido numerosas incidencias, el cerebro masculino puede archivarlas todas. Sin embargo, el femenino no es capaz de almacenar información de esta forma, por lo que los problemas seguirán rondando por su cabeza.

Los hombres pueden ordenar sus problemas mentalmente y archivarlos. Las mujeres no hacen más que darles vueltas y vueltas.

La única forma que una mujer tiene de liberarse de sus problemas es hablar sobre ellos. Por esta razón, cuando una mujer habla sobre los problemas del día, su propósito no es encontrar soluciones o llegar a conclusiones, sino deshacerse de ellos.

La conexión hormonal

La científica Elizabeth Hanson de la Universidad de Ontario llevó a cabo un estudio sobre la conducta de las mujeres y los niveles de estrógeno. Hanson descubrió que, cuando el cuerpo de la mujer presentaba bajos niveles de testosterona, su habilidad espacial disminuía, mientras que los altos niveles de estrógeno resaltaban su articulación verbal y su capacidad motora. Este hecho podría explicar porqué durante el ciclo menstrual, cuando hay presentes altas cantidades de estrógeno, las mujeres suelen estar más silenciosas y pronuncian articulando perfectamente. Por el contrario, en los días en que presentan altos niveles de testosterona, hablan de forma más confusa, pero mejoran sus capacidades espaciales. Así, la mujer no atacará con palabras humillantes a su pareja, pero seguro que acertará al lanzarle una sartén desde unos 20 metros.

A las mujeres les encanta hablar

Cuando las mujeres se reúnen para ver una película que transmiten por televisión, en general hablan simultáneamente sobre infinidad de temas que incluyen a los hijos, los hombres, su profesión y lo que pasa en sus vidas. Cuando se trata de grupos mixtos, a los hombres se les acaba la paciencia y piden a las mujeres que se callen. Ellos, o ven la televisión o hablan, pero no pueden hacer ambas cosas a la vez (y no entienden cómo lo pueden hacer las mujeres). Además, las mujeres creen que el objetivo de reunirse es pasarlo bien juntos y reforzar sus relaciones, en vez de sentarse como pasmarotes en frente del televisor.

Cuando hay anuncios publicitarios, el hombre le suele pedir a la mujer que le resuma las relaciones entre los protagonistas. El pobre es incapaz de leer las sutiles señales corporales que revelan el estado emocional de estos. Las mujeres, al haber pasado tantos días con otras mujeres y con sus hijos en un grupo en el pasado, han desarrollado la habilidad para comunicarse y mantener relaciones. Para una mujer el hablar tiene un objetivo muy claro: crear nuevas relaciones y hacer amigos. Para los hombres, hablar consiste en relacionar hechos.



«...y entonces Jasmine le cuenta a Katie lo que Alex estaba haciendo, pero ella no sabía que Maree ya lo sabía porque Lyndall había oído rumores de Melissa y entonces se lo había dicho a Adam y, claro, Sam creía que...»

Los hombres contemplan el teléfono como una herramienta de comunicación que permite exponer hechos e información a otras personas, pero para una mujer es un instrumento para mantener el contacto y reforzar las relaciones. Una mujer puede pasar dos semanas de vacaciones con una amiga y, cuando vuelve a casa, lo primero que hace es llamarla y pasarse dos horas hablando por teléfono.

No existen evidencias de que los condicionantes sociales, por ejemplo el hecho de que la madre hable más a la niñas que a los niños, constituyan la causa de que las niñas sean más habladoras. El psiquiatra Michael Lewis, autor de *Social Behaviour and Language Acquisition*, llevó a cabo experimentos que demostraron que las madres hablaban y miraban a los bebés que eran niñas más que a los niños. Existen pruebas científicas de que los padres son sensibles a las estructuras cerebrales de los pequeños según sus reacciones. De esta forma, las madres le hablan más a las niñas puesto que, debido a su mejor preparación cerebral para recibir y enviar señales verbales, obtienen una respuesta más positiva que cuando hablan a sus hijos.

Los hombres hablan consigo mismos en silencio

Los hombres se desarrollaron como guerreros, protectores y responsables de solventar los problemas que surgían en el hogar. Sus tendencias mentales y los condicionantes sociales les impedían mostrar temor o inseguridad. Por eso, si le pide a un hombre que solucione un problema, seguramente le dirá: «Déjame aquí» o «Ya pensaré en la solución» y eso es exactamente lo que hace, pensar en ello silenciosamente, con cara inexpresiva. Sólo hablará cuando tenga la respuesta y sea capaz de comunicarla. Hablan mentalmente porque no tienen la capacidad verbal de las mujeres para comunicarse. Cuando un hombre está mirando por la ventana pensativo, los escáners demuestran que mentalmente está manteniendo una conversación consigo mismo, pero la mujer, al observar al hombre mirando al infinito, asume que está cansado o aburrido e intenta hablar con él o mandarle hacer algo. En ese momento, el hombre se enfada porque le ha interrumpido. Claro, como hemos visto, no puede hacer dos cosas a la vez.

Las desventajas de hablar para sí mismos

Si un hombre está con otro hombre, hablar mentalmente no constituye un problema, puesto que dos hombres pueden estar sentados en una reunión uno al lado del otro sin hablarse durante largo tiempo y sin que ninguno de los dos se sienta incómodo. Es como estar pescando. A los hombres también les gusta ir después del trabajo a tomarse tranquilos una copa. Sin embargo, si el hombre está en compañía femenina, las mujeres pensarán que tiene una actitud distante, que está enfadado o que no quiere unirse al grupo. Si los hombres quieren tener mejores relaciones con las mujeres tienen que aprender a comunicarse.

Las mujeres piensan en voz alta

«Mi mujer me vuelve loca cuando tiene algún problema o cuando me cuenta lo que va a hacer durante el día —dijo un hombre en uno de nuestros seminarios—. Siempre enumera en voz alta las opciones, las posibilidades, la gente involucrada, lo que tiene que hacer y a dónde va a ir. Es muy molesto. ¡No me deja concentrarme en nada!»

El cerebro femenino está estructurado para que el lenguaje sea su principal forma de expresión y ella sabe que se trata de uno de sus puntos fuertes. Si un hombre tiene que realizar cinco o seis tareas dirá: «Tengo que hacer varias cosas. Nos veremos luego». Una mujer hará un análisis pormenorizado sobre cada una de las tareas y barajará todas las opciones y posibilidades, pero sin seguir ningún tipo de orden. Un ejemplo podría ser: «A ver, tengo que ir a la lavandería y lavar el coche y, por cierto, Ray llamó y dijo que le llames, y luego tengo que ir a correos a recoger un paquete y, de camino, también podría...». Esta es una de las razones por la que los hombres acusan a las mujeres de hablar incesantemente.

Las desventajas de pensar en voz alta

Las mujeres creen que pensar en voz alta es una señal de simpatía y don de gentes, pero los hombres no comparten su opinión. A nivel personal, el hombre considera que la mujer le está avasallando con una lista de problemas que espera que él le resuelva y por eso se siente nervioso, triste o le intenta dar soluciones a toda costa. En una reunión de negocios, los hombres opinan de una mujer que piensa en voz alta que es un poco atolondrada, indisciplinada y poco inteligente. Para impresionar a los hombres, en una situación como la descrita, es esencial que la mujer guarde para sí sus pensamientos y que intervenga

exclusivamente cuando tenga que expresar conclusiones. En las relaciones personales, la pareja debe discutir las distintas formas de solucionar los problemas. Los hombres tienen que entender que cuando una mujer habla, no espera que le den soluciones y las mujeres deben entender que cuando un hombre no habla, no es una señal de que algo vaya mal.

A los hombres les molesta que las mujeres hablen tanto

Construir una relación sentimental a partir de charlas es una prioridad en la estructura mental femenina. Una mujer no tiene ningún problema en pronunciar una media de entre 6.000 y 8.000 palabras diarias. Además, también recurre a unos 2.000 o 3.000 sonidos vocales para comunicarse y a unos 8.000 o 10.000 gestos, expresiones faciales, movimientos de cabeza y demás movimientos corporales. La suma nos ofrece un total de más 20.000 señales comunicativas. Este hecho explica porqué la Asociación Médica británica, informó recientemente de que las mujeres tienen cuatro veces más probabilidades de padecer problemas de mandíbula que los hombres.

«Una vez no le hablé a mi mujer en seis meses —dijo el humorista—. No quería interrumpirla.»

Comparemos las cifras ilustrativas de la producción total diaria de un hombre. Este suele emitir sólo de 2.000 a 4.000 palabras, hacer de 1.000 a 2.000 sonidos vocales, y únicamente de 2.000 a 3.000 señales corporales. Su media total diaria es de 7.000 señales comunicativas, alrededor de un tercio del total de la mujer.

Esta diferencia en el habla resulta aparente al final del día cuando el hombre y la mujer se sientan juntos para cenar. Él ya ha emitido sus 7.000 señales diarias y ya no tiene ganas de seguir comunicándose. Le basta con observar las cosas. El estado de la mujer depende de lo que ha estado haciendo ese día. Si se ha pasado el día hablando con gente, puede que haya pronunciado hasta 20.000 palabras y tampoco tendrá muchas ganas de seguir hablando, pero si ha estado en casa cuidando de los hijos, con suerte habrá utilizado de 2.000 a 3.000 palabras por lo que todavía le quedan unas 15.000 para llegar a su media. Todos estamos familiarizados con situaciones difíciles como ésta a la hora de cenar:

Fiona: Hola cariño... ¿ya has vuelto a casa? ¿Qué tal te ha ido el día?

Mike: Bien.

Fiona: Brian me dijo que hoy ibas a cerrar ese trato tan importante con Peter Gosper, ¿qué tal fueron las cosas?

Mike: Bien.

Fiona: Eso está bien. Debe de ser un cliente duro de pelar. ¿Crees que seguirá tu consejo?

Mike: Sí.

...y así sucesivamente

Mike se siente como si estuviese en un interrogatorio y empieza a estar molesto. Sólo quiere «paz y tranquilidad». Para evitar una discusión sobre por qué no quiere hablar le pregunta a ella: «¿Y a ti como te ha ido el día?»

Entonces ella se lo cuenta y ¡vamos si se lo cuenta! Hasta el más mínimo detalle.

«Bueno... ¡vaya día! Esta mañana decidí no ir a la ciudad porque el mejor amigo de mi primo, que trabaja en la estación de autobuses, me dijo que hoy harían huelga y entonces fui a dar un paseo. En la previsión meteorológica de la televisión dijeron que haría sol y por eso me puse el vestido azul, ya sabes, ése que me compré en Estados Unidos, en fin... mientras estaba caminando me encontré a Susan y...»

Ella tiene que expresar las palabras que no ha podido pronunciar durante el día. Él, mientras tanto, se pregunta por qué no se calla de una vez por todas y le deja en paz. Le pone de los nervios cuando él «sólo quiere un poco de paz y tranquilidad», las palabras de protesta de todos los hombres del mundo. Él es un cazador. Ha estado buscando comida todo el día y ahora sólo quiere descansar. El problema surge cuando ella empieza a sentirse ignorada.

Cuando un hombre se queda mirando los objetos fijamente, la mujer empieza a pensar que ya no la quiere.

La mujer habla por hablar, pero el hombre contempla la continua lista de problemas como un desesperado grito de ayuda y soluciones. Con su mente analítica, la interrumpe constantemente.

Fiona: ...y me resbalé, me caí al suelo y me rompí el tacón de los zapatos nuevos, y entonces...

Mike: (interrumpiéndola) Fiona, espera un momento... no deberías llevar zapatos de tacón cuando vas a comprar. Vi un programa que hablaba sobre ello y es muy peligroso. La próxima vez, lleva zapatillas deportivas, es mucho más seguro.

Él piensa, ¡Problema resuelto!

Ella piensa, ¿Por qué no se calla y me deja seguir hablando?

Fiona: ...Y cuando volví al coche, la rueda trasera estaba deshinchada y...

Mike: (interrumpiéndola) Lo que tienes que hacer es que te revisen la presión de la rueda cuando vas a la gasolinera. Así, esto no te volverá a pasar.

Él piensa, Le he vuelto a solucionar el problema.

Ella piensa, ¿Pero, por qué no se calla y escucha?

Él piensa, Ahora que le he dado las respuestas, ¿por qué no se calla y me deja en paz? ¿Es que tengo que solucionarle todos los problemas? ¿Por qué no evita meterse en estos líos?

Ella ignora su interrupción y sigue hablando.

Hemos estudiado a miles de mujeres por todo el mundo y todas parecen tener algo claro:

Cuando una mujer habla al final del día; no quiere que se la interrumpa con soluciones a sus problemas.

Esta afirmación es positiva para los hombres. No se molesten en responder, simplemente escuchen. Cuando la mujer termina de hablar se siente aliviada y feliz. Además, creerá que usted es un hombre maravilloso por escucharla, por lo que seguramente tendrá una buena noche.



«¡Espero que no te haya aburrido hablando demasiado!»

Hablar sobre los problemas diarios es la forma que las mujeres modernas tienen de combatir el estrés. Las mujeres contemplan el acto comunicativo como un hecho que refuerza su relación y apoyo entre la pareja. Por eso la mayoría de las personas que acuden a las consultas psicológicas son mujeres y la mayoría de profesionales también son personas de este sexo que han recibido una formación adecuada para saber escuchar.

¿Por qué fracasan las parejas?

El 74% de las mujeres que trabajan y el 98% de las amas de casa consideran que el mayor defecto de sus maridos o novios es su inapetencia para hablar, especialmente al final del día. Las pasadas generaciones de mujeres no se tenían que enfrentar a este problema porque tenían muchos hijos y otras mujeres para conversar y apoyarlas. Hoy en día, las amas de casa se suelen encontrar aisladas y solas porque la mayoría de sus vecinas trabajan fuera de casa. Las mujeres que trabajan tienen menos dificultades para relacionarse con su pareja, puesto que han podido hablar más con otra gente durante el día. No se trata de que alguien tenga la culpa, sino de que somos la primera generación de hombres y mujeres que no tiene modelos para que las relaciones funcionen. Nuestros padres nunca se enfrentaron a estos problemas. Sin embargo, no hay que alarmarse: podemos aprender las nuevas tácticas de supervivencia.

¿Cómo hablan los hombres?

Las frases de los hombres son más cortas y están más estructuradas. Suelen tener una apertura, un punto clave y una conclusión. Es fácil saber lo que dice o lo que quiere, pero, si una mujer intenta hablar de diferentes cosas con un hombre, éste se perderá. Es importante que la mujer entienda que si quiere parecer convincente o persuasiva a un hombre, tiene que presentarle las ideas en orden sucesivo.

La primera regla para conversar con un hombre: facilítele las cosas y no le hable de varios temas a la vez.

Si tiene que presentar una idea a un grupo mixto, será más seguro utilizar la estructura de habla masculina, ya que ambos sexos pueden seguirla y sin embargo a los hombres les resulta difícil seguir las conversaciones que tratan diversos temas a la vez y podrían perder el interés en su intervención.

Las mujeres tratan diversos temas a la vez

Al existir mayor transmisión de información entre los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho y poseer zonas de habla localizadas, la mayoría de las mujeres conversan sobre diferentes temas simultáneamente, a veces, incluso en una misma frase. Es como hacer malabarismo con tres o cuatro pelotas a la vez y parece que las mujeres lo hacen sin ninguna dificultad. Pero aún hay más, porque hacen ejercicios malabares con diferentes temas con otras mujeres que, a su vez, lanzan otros temas y a ninguna parece caerle ni siquiera una pelota.

Al final de la conversación cada una de las mujeres sabe algo sobre todos los temas tratados, lo que ocurrió y lo que eso significó. Esta habilidad multitareas resulta muy frustrante para un hombre, ya que su cerebro no puede abarcar más de una tarea a la vez. Cuando en una conversación las participantes femeninas hablan sobre numerosos temas a la vez, los hombres acaban confundidos y aturdidos.

Una mujer puede empezar hablando de un tema, cambiar a otro tema en mitad de la frase y después a otro cuando, más tarde y sin ningún tipo de previsión, vuelve al primer tema, añadiendo información nueva. Los hombres se quedan perplejos y atontados. Tomemos como ejemplo esta conversación familiar extraída del hogar de los Pease:

Allan: A ver, espera un momento. ¿Quién dijo qué a quién en la oficina?

Barbara: No estaba hablando de la oficina. Estaba hablando de mi cuñado.

Allan: ¿De tu cuñado? Pero si estábamos hablando de la oficina. ¿Cuándo has cambiado de conversación?

Barbara: Presta más atención. Todo el mundo lo ha entendido.

Fiona (hermana): Sí, yo ya sabía a lo que se refería. Estaba claro.

Jasmine (hija): Yo también lo he entendido. ¡Papá, desde luego... nunca te enteras de nada!

Allan: ¡Con vosotras es imposible! ¡Me doy por vencido!

Cameron (hijo): ¡Yo también y eso que sólo soy un niño!

Los hombres no tienen problema en encontrar su camino desde A hasta B, aunque para ello tengan que cruzar infinidad de callejuelas, pero, cuando están en un grupo de mujeres que conversan sobre distintos temas a la vez, se pierden inmediatamente.

La habilidad descrita para conversar sobre distintos temas es común al género femenino. Basta con poner el ejemplo de las secretarías que necesitan realizar distintas tareas a la vez. Por eso no resulta sorprendente que de un total de 716.148 secretarías en el Reino Unido en 1998, el 99,1% sean mujeres con tan sólo 5.913 hombres. Algunos grupos argumentan que este hecho se debe a que en el colegio se inculca a las niñas este tipo de profesiones y no parecen tener en cuenta la superioridad verbal, organizadora y multitareas del sexo femenino. Incluso en los ámbitos que declaraban adoptar política de igualdad de oportunidades, como los puestos de trabajo en ayuntamientos o en el sistema de bienestar, de un total de 144.266 empleados que realizaban trabajos administrativos en el Reino Unido en 1998, 43.816 eran hombres y 100.450 mujeres. En cualquier tarea que requiera habilidades comunicativas y verbales, las mujeres son las reinas.

Lo que muestran los escáners cerebrales

Cuando una mujer habla, el escáner cerebral muestra que tanto la zona del habla del hemisferio izquierdo como la del derecho están activas, al igual que sus funciones auditivas. Esta poderosa capacidad multitarea permite que la mujer escuche y hable simultáneamente sobre diferentes temas. Los hombres se quedan bastante atemorizados cuando conocen que las mujeres tienen esta habilidad. Ellos sólo sabían que eran muy parlanchinas.

Las mujeres pueden hablar y escuchar simultáneamente al mismo tiempo que acusan a los hombres de no saber ni una cosa ni la otra.

El hecho de que las mujeres hablen tanto ha sido un tema recurrente para los chistes entre hombres durante años y años. En cualquier país se pueden escuchar estas palabras: «Escuchen a las mujeres cuando hablan: bla, bla, bla y ninguna escucha a la otra». Chinos, alemanes o noruegos se quejan tanto como los hombres esquimales y africanos. La diferencia es que cuando los hombres se quejan, suelen hacerlo de uno en uno porque, hasta el momento, se ha demostrado que sólo pueden hablar o escuchar, *no pueden* hacer las dos cosas a la vez.

Estrategias para hablar con hombres

Los hombres sólo se interrumpen en la conversación si ésta ha dado un vuelco y se sienten agresivos o competitivos. Si quiere comunicarse con un hombre, una estrategia muy sencilla es no interrumpirle cuando hable. Esto es muy difícil para una mujer porque, para ella, hablar simultáneamente refuerza las relaciones y demuestra interés y participación. Tiene necesidad de sacar diferentes temas en la conversación para impresionar al hombre o hacerle sentir importante. El efecto que consigue suele ser el contrario: el hombre queda ensordecido y además considera que la interrupción es un acto poco educado.

Los hombres se turnan para hablar. Por eso, cuando le toque a él, déjele hablar.

«Deja de interrumpirme» se gritan los hombres y las mujeres en cualquier lengua y lugar del mundo. Las frases del hombre tienden a ofrecer soluciones por lo que tiene que pronunciar la frase hasta el final porque de no ser así, su intervención resultaría en vano. Él es incapaz de controlar diferentes temas en una conversación y le parece que si alguien lo hace, se trata de una persona maleducada. Para una mujer esta explicación carece de lógica puesto que, para ella, el tratar diferentes temas es una forma de relacionarse y hacer que el interlocutor se sienta valorado. Para colmo, aunque los hombres sean los que se quejen de ser interrumpidos, en una conversación típica entre hombre y mujer el 76% de las interrupciones las hace el hombre.

¿Por qué les encantan las palabras grandilocuentes a los hombres?

Al no poseer una zona cerebral específica encargada del habla, el cazador necesitaba comunicar la mayor cantidad posible de información empleando el menor número posible de palabras. De esta forma, su cerebro desarrolló zonas específicas para el vocabulario que se sitúan en la parte frontal y trasera del hemisferio izquierdo. En las mujeres, el vocabulario se localiza en la parte frontal y trasera de ambos hemisferios y no es uno de sus puntos fuertes. Por consiguiente, la definición exacta de las palabras es irrelevante para una mujer porque transmitirá el mensaje utilizando la entonación de la voz para expresar el significado y el lenguaje corporal para expresar el contenido emocional.



Localización del área encargada del vocabulario en el cerebro masculino

Por esta razón, el significado de las palabras es esencial para los hombres, que utilizarán una definición exacta para destacarse por encima de otros hombres o mujeres. El hombre utiliza el lenguaje para competir con otro hombre y la definición se convierte, así, en una estrategia importante en el juego. Si una persona dice de otra «...no expresaba claramente lo que quería decir, daba rodeos y la gente no le entendía bien», el otro hombre le interrumpirá y dirá: «¿Quieres decir que no *articulaba* correctamente su pensamiento?», para definir la frase concisa y precisamente y «apuntarse un tanto» en su competición con el primer interlocutor.

Las mujeres utilizan las palabras como recompensa

La mujer utiliza las palabras para participar y crear o fortalecer relaciones y por eso las palabras son para ella una recompensa. Si a una mujer usted le cae bien y quiere aproximarse le hablará mucho. El caso contrario también es cierto: si quiere castigarle o dejarle claro que no le cae bien, no le hablará. Los hombres suelen llamarlo «el castigo del silencio» y saben que nunca deben de tomar a la ligera una amenaza como ésta: «Nunca te volveré a hablar».

Si una mujer se muestra parlanchina con usted, es que le cae bien.

Si no le habla, usted se ha metido en un buen lío.

Para que un hombre normal se dé cuenta de que le están imponiendo «el castigo del silencio» tienen que pasar unos nueve minutos. Hasta entonces, él cree que está callada para recompensarle y le da silenciosamente las gracias por esos minutos de «paz y tranquilidad». Los hombres en todo el mundo se quejan de que las mujeres son demasiado parlanchinas. La verdad es que, en comparación con los hombres, hablan hasta por los codos.

Las mujeres son indirectas

Todo empezó como una agradable y relajante excursión de fin de semana a un valle que estaba a un par de horas en coche de casa. La carretera era sinuosa y con el fin de maniobrar mejor en las curvas, John apagó el transistor. Le resultaba imposible conducir por una serpenteada carretera mientras escuchaba música.

«John —dijo Allison, su novia—, ¿te apetece un café?»

John sonrió «No gracias. Ahora no» contestó, mientras pensaba que Allison había sido muy atenta al preguntarle. Al cabo de un rato, John se dio cuenta de que ella había dejado de hablarle y empezó a sospechar que podía estar enfadada. «¿Va todo bien, cariño?» preguntó. «Sí, todo va *bien*», respondió bruscamente. Él, confuso, le preguntó: «¿Cuál es el problema?». Ella le lanzó la respuesta sin pensarlo dos veces: «¡No te has parado!». La mente analítica de John intentó recordar cuándo había empleado la palabra «pararse». Estaba seguro que Allison no le había dicho que se parase. Ella le dijo que tenía que ser más sensible y que cuando le preguntó si le apetecía un café quería decir que ella quería parar a tomarse uno. «¿Qué pretendes? ¿Qué te lea la mente?» le preguntó él con guasa.

«Dímelo claro» es otro de los reproches que todos los hombres les hacen a las mujeres. Cuando una mujer habla utiliza *indirectas*, es decir, oculta su verdadero propósito y se va por las ramas. Hablar de forma indirecta es una especialidad femenina y también tiene un objetivo: crear relaciones con otras personas evitando la agresión, las disputas o la confrontación. Esta visión se adapta perfectamente a su tarea de protectoras del hogar y, por lo tanto, defensoras de la armonía.

Hablar de forma indirecta favorece la relación entre las mujeres, pero, a veces no funciona con los hombres porque no conocen las reglas de juego.

El cerebro de la mujer está orientado hacia el *proceso* y, por ello, disfruta con el proceso comunicativo. Los hombres consideran que la falta de estructura y objetivo final en el discurso de las mujeres es desconcertante y a menudo las critican por no saber de qué están hablando. En el mundo empresarial, el discurso indirecto puede tener desastrosas consecuencias para una mujer, puesto que los hombres no pueden seguir los distintos temas y pueden acabar rechazando sus propuestas, ofertas o peticiones de adelantos. El discurso indirecto puede resultar excelente para crear relaciones pero, por desgracia, esta ventaja puede resultar insignificante si se compara con las repercusiones de que un coche o un avión se estrelle porque el conductor o el piloto no entendieron bien las instrucciones que les dieron.

El discurso indirecto se caracteriza por la redundancia de ciertos calificadores como, por ejemplo «un poco», «era como», «bastante», etc. Imagínense que Winston Churchill, el Primer Ministro británico durante la II Guerra Mundial, hubiese utilizado el discurso indirecto para convencer a los aliados de la necesidad de luchar contra la amenaza de Hitler. Seguramente no hubiese obtenido el mismo resultado: «Digamos que les atacaremos en las playas, y también un poco en la montaña y más o menos ya estará y nunca nos rendiremos». Puede que con este discurso hubiesen perdido la guerra.

Cuando una mujer utiliza el discurso indirecto con otra no hay ningún problema, ya que las mujeres saben extraer el significado de la conversación, pero si emplea la misma táctica con un hombre, puede conseguir un efecto indeseado, puesto que los hombres toman el significado literal de las palabras. Sin embargo, con paciencia y práctica, los hombres y las mujeres pueden llegar a entenderse.

Los hombres son directos

Las frases de los hombres son más cortas, más directas, están orientadas hacia un propósito, utilizan un vocabulario más amplio e intercalan hechos. Suelen utilizar adverbios tajantes como «nunca», «jamás» o «absolutamente». Estas características discursivas les permiten cerrar tratos rápida y eficientemente, al mismo tiempo que reafirman su autoridad. Cuando emplean el discurso directo en sus relaciones sociales, corren el riesgo de parecer maleducados y abruptos.

Observe las siguientes frases:

1. ¡Ve y haz la tortilla para el desayuno!
2. Anda, hazme una tortilla para desayunar.
3. ¿Me harías una tortilla para desayunar, por favor?
4. ¿Crees que podríamos desayunar tortilla hoy?
5. ¿No crees que estaría muy bien desayunar tortilla?
6. ¿Te apetecería una tortilla para desayunar?

Estas peticiones de tortilla van desde la frase más directa a la más indirecta. Las tres primeras frases suelen ser pronunciadas por hombres y las tres últimas por mujeres. Todas quieren comunicar el mismo significado, pero de formas diferentes. A veces es fácil que de la tortilla se pase a las lágrimas, cuando ella le responde: «¡Pedazo de vago, háztela tú mismo!» y él dice: «Es que no te aclaras. En fin, me voy al bar».

¿Qué se puede hacer?

Los hombres tienen que entender que el discurso indirecto forma parte de la estructura mental de la mujer y tienen que adaptarse si quieren mantener relaciones personales con el sexo femenino. Para ello, el hombre tiene que escucharla con atención, utilizar sonidos que le demuestren que la escucha y también realizar movimientos corporales que indiquen asentimiento. También es importante que no intente ofrecer soluciones constantemente y que no cuestione sus propósitos. Si al hombre le parece que la mujer tiene un problema, es bueno que le diga: «¿Quieres que te escuche como una mujer o como un hombre?» Si le responde que como una mujer debe escucharla y apoyarla, pero si le responde que como un hombre, debe proponerle soluciones.

Para que un hombre le escuche, cómprele una agenda y anóteselo con días de antelación.

Para impresionar a un hombre, déjele claro el tema de la conversación y la hora. Un ejemplo sería: «Me gustaría hablar contigo sobre cómo solucionar un problema que tengo con mi jefe. ¿Qué tal te parece que lo discutamos a las siete?» Así, la estructura lógica masculina hace que se sienta considerado y todo irá como una balsa de aceite. Si se pone en práctica la táctica indirecta, el hombre puede pensar: «A nadie le importa mi opinión», lo que hace que se sienta amenazado y tome una posición defensiva. Los hombres, cuando tienen que hacer tratos con otros hombres, utilizan el discurso directo si están en países occidentales, pero en Asia el discurso indirecto se utiliza mucho para negociar. Por ejemplo en Japón, si se utiliza el lenguaje directo para hacer negocios, pensarán que se trata de una persona inocente o bastante infantil. Por ello, a los extranjeros que utilizan estas estrategias lingüísticas en el mundo empresarial, los japoneses los califican de inmaduros.

Cómo hacer que un hombre pase a la acción

Las mujeres, al tener en su posesión un máster en discurso indirecto, dominan las preguntas con los auxiliares «puedes» y «podrías». Por eso, hacen preguntas como: «¿Podrías tirar la basura?», «¿Me podrías llamar esta noche?» o «¿Puedes ir a recoger a los niños?». Los hombres interpretan las preguntas que contienen este auxiliar como una prueba de si tienen la habilidad para hacer tal cosa o tal otra y, consecuentemente, su respuesta lógica es que sí. Claro que sabe cómo tirar la basura o cómo cambiar una bombilla, pero eso no significa que cuando dice que sí se esté comprometiendo a realizar la acción. Además, los hombres creen que las mujeres les manipulan y les obligan a contestar positivamente.

Para motivar a un hombre a que conteste positivamente y se comprometa tiene que utilizar el futuro. Por ejemplo: «¿Me llamarás esta noche?» conlleva un compromiso de realizar una acción y el hombre se ve forzado a elegir entre «Sí» o «No». Esta táctica es mucho más eficaz y, aunque a veces se lleve respuestas negativas, al menos así sabrá a qué atenerse. Cuando un hombre le pide a una mujer que se case con él, le dice: «¿Te quieres casar conmigo?» en vez de «¿Podrías casarte conmigo?»

Las mujeres son emotivas al hablar, los hombres literales

Debido a que el vocabulario no posee una zona localizada en el cerebro femenino, las mujeres consideran que definir con precisión una palabra es totalmente irrelevante. Por eso, se tomará licencia poética con las palabras y utilizarán la exageración de forma continua para dar mayor énfasis a sus frases. Sin embargo, deben tener precaución porque los hombres interpretarán cada una de sus palabras de forma literal y crearán todo cuanto digan.

En esta discusión, el hombre define las palabras que la mujer emplea en su lucha por llevar la razón. A ver si estás frases le suenan familiares:

Robyn: Nunca estás de acuerdo con lo que digo.

John: ¿A qué te refieres con *nunca*? He estado de acuerdo contigo en estas dos últimas cosas, ¿no?

Robyn: Siempre discutes lo que te digo y *siempre* quieres tener la razón.

John: ¡Eso no es verdad! *Siempre* no te discuto lo que dices. Esta mañana he estado de acuerdo contigo y también anoche y el sábado pasado. Así que no puedes decir que *siempre* te discuto las cosas.

Robyn: Dices eso *cada vez* que saco este tema.

John: Sabes que no es cierto. No lo digo *cada vez*.

Robyn: Y *sólo* me acaricias cuando te apetece hacer el amor.

John: Venga. Deja de exagerar. No *sólo* te acaricio cuando...

Ella continúa discutiendo y recurriendo a sus sentimientos para combatirlo. Él, en revancha, utiliza la definición de palabras. La discusión llega a tal punto que ella se niega a hablarle o él se va para evitar que llegue a mayores. Para mantener una discusión constructiva, el hombre tiene que entender que la mujer utilizará palabras sin referirse a su sentido literal, por eso, no tiene que tomárselas al pie de la letra ni intentarlas definir. Pensemos en el típico ejemplo. Si una mujer dice: «Dios mío, si me sentase al lado de

una mujer que llevase el mismo vestido que yo, me moriría. No me podría pasar nada peor». En realidad ella no quiere decir que no le podría pasar nada peor o que se moriría, pero si el hombre sigue con sus estructuras analíticas le contestará: «No, no te morirías y hay cosas mucho peores» una respuesta muy sarcástica para una mujer. Por la misma regla de tres, la mujer también tiene que aprender que tiene que discutir con un hombre lógicamente y desarrollar sus argumentos uno a uno. Las mujeres no deben emplear los «multidiscursos» con el hombre, ya que sus misiles no alcanzarían el blanco deseado.

La expresividad en las mujeres

En general, durante un período de diez segundos, una mujer utiliza seis expresiones que demuestran que está escuchando y que reflejan las sensaciones de su interlocutor. Su cara es como un espejo que refleja las sensaciones que se expresan mediante palabras. Si alguien las observase, ajeno a la conversación, creería que lo que están relatando les ha ocurrido a las dos.

A continuación presentamos una secuencia típica de las señales que realiza una mujer en diez segundos para demostrar que está escuchando:

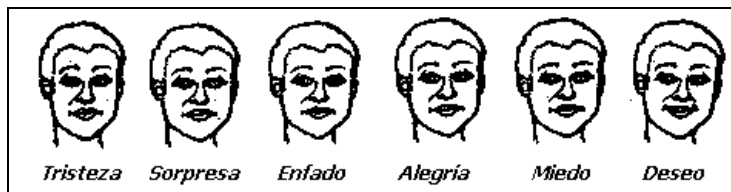


Una mujer descifra el significado de lo que le dicen mediante la entonación de la voz y el movimiento corporal del interlocutor. Esto es precisamente lo que el hombre debe aprender para atraer a una mujer y hacer que ésta se interese en escucharle. La mayoría de los hombres se muestran reticentes ante la sugerencia de utilizar expresiones faciales mientras escuchan, pero sin duda a los hombres adeptos a esta técnica se les recompensa con creces.

Los hombres escuchan cual estatuas

El objetivo biológico del hombre guerrero era permanecer impassible mientras escuchaba para no manifestar ningún tipo de sentimiento y, por lo tanto, de debilidad.

A continuación presentamos las expresiones faciales que un hombre utiliza en los mismos diez segundos que la mujer:



Hemos exagerado tanto las expresiones faciales femeninas como masculinas para que resultase divertido pero en su trasfondo contiene características de ambos sexos. La máscara impassible que los hombres se ponen cuando escuchan les permite sentirse al mando de la situación, pero no se debe pensar que carecen de sensaciones. Los escáners cerebrales demuestran que sienten las sensaciones con tanta intensidad como las mujeres, a pesar de evitar manifestarlas externamente.

¿Cómo se deben emplear «los gruñidos»?

Las mujeres emplean un gran abanico de sonidos agudos y graves (cinco tonos diferentes) que incluyen «oh» y «ah», repetición de las palabras del interlocutor o del contexto e introducción de nuevos temas en la conversación. Los hombres, utilizan una gama de sonidos más restringida (tres tonos) y tienen dificultad para descifrar el significado que se esconde tras los cambios de voz, por lo que suelen hablar en un tono más monótono.

Para mostrar que están escuchando, los hombres utilizan el denominado «gruñido», una serie de cortos «hmmps» que a veces pueden ir acompañados de una señal de asentimiento con la cabeza. Las mujeres critican a los hombres por esta forma que tienen de escuchar, puesto que aunque *está escuchando*, parece que no lo está. Sin embargo, las mujeres de negocios han aprendido a interpretar este gruñido como un equivalente de dinero. Si están exponiéndole una idea a un hombre, cuando le toca el turno a él, la mujer no debe hacer expresiones faciales como si estuviese con otra mujer, sino que tiene que quedarse sentada, inexpresiva, asentir, gruñir y no interrumpir. Hemos comprobado que las mujeres que utilizan esta técnica suelen lograr mayor credibilidad en el mundo masculino. Las mujeres que responden con expresiones faciales que intentan reflejar los sentimientos del hombre (o lo que ella cree que son sus sentimientos) ven su credibilidad muy afectada y los hombres las suelen describir como «ligeras de cascos» o «atolondradas».

¿Cómo conseguir que un hombre escuche?

Cójale la agenda, anótele una hora de inicio y otra hora límite para terminar y dígame que no quiere que le ofrezca planes o soluciones. Dígame: «Allan, me gustaría hablar contigo sobre cómo me ha ido el día. ¿Te parece bien después de cenar? No quiero que me des soluciones, sólo quiero que me escuches». La mayoría de los hombres aceptarán una petición como esta porque tiene una hora, un lugar y un objetivo, todo cuanto necesita un cerebro masculino. Además, no tiene que hacer ningún esfuerzo.

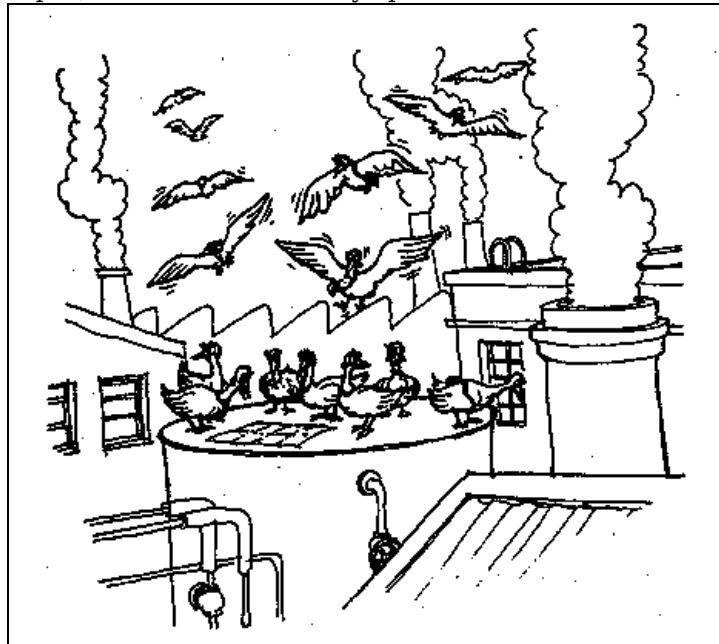
La voz de colegiala

La mayoría de los hombres no necesitan estar licenciados en Ciencias Biológicas para saber que las voces agudas ejercen una influencia sobre ellos. Las voces con tonos agudos están relacionadas con altos niveles de estrógeno y, puesto que también se asimilan con la infancia, la mayoría de hombres se sienten inclinados a la protección. Por su lado, las mujeres prefieren que los hombres tengan una voz grave porque es un indicador infalible de altos niveles de testosterona y, por lo tanto, de virilidad. El cambio de voz a unos tonos más graves suele ocurrir en los varones al alcanzar la adolescencia, ya que la testosterona fluye por su cuerpo y su voz se vuelve más ronca. Cuando la mujer habla en su tono más agudo y el hombre en el más grave, es una señal de que algo se está cocinando entre los dos. Con esto, no tratamos de decir que los hombres y las mujeres *deberían* actuar de esta forma. Sencillamente exponemos lo que sucede en la realidad.

¿Cree que alguien le está tirando los tejos?
Fíjese en su tono de voz.

Es importante conocer que los estudios que se realizan demuestran, de forma inequívoca, que en el mundo empresarial, una mujer con un tono de voz grave se considera más inteligente, autoritaria, y profesional. Existe una forma para conseguir un tono de voz más grave que consiste en bajar la barbilla y hablar más despacio y monótonamente. Muchas mujeres intentan conseguir un tono de voz más autoritario subiendo su tono natural, con lo que sólo logran dar una imagen agresiva. Para terminar, dos observaciones. Muchas mujeres con sobrepeso hablan con un tono de voz de colegiala para contrarrestar el efecto de su volumen corporal y otras lo utilizan con el propósito de fomentar la conducta protectora en los hombres.

Habilidad espacial: mapas, acertar en el blanco y aparcar en línea



«NO ME LO PUEDO CREER CHICAS... ¡MIRAD EL MAPA! CREO QUE TENÍAMOS QUE HABER GIRADO A LA DERECHA CUANDO LLEGAMOS A AQUELLA GRAN MONTAÑA...»

Los mapas pueden casi desembocar en divorcio

Ray y Ruth iban a ver una obra de teatro en la ciudad. Ray conducía y Ruth estaba en el asiento contiguo. Siempre era Ray el que conducía, a pesar de que nunca habían discutido *porqué*, y como la mayoría de hombres, cuando estaba al volante parecía transformarse en otra persona.

Ray le pidió a Ruth que buscara la dirección del teatro en la guía, así que ella la abrió por la página apropiada y la giró. Antes de quedarse perpleja mirando el mapa, lo volvió a girar hacia la derecha y después hacia la izquierda. Era evidente que sabía qué era un mapa, pero en lo referente a averiguar el camino que debían seguir, le parecía un instrumento bastante irrelevante. Era como cuando estaba en las clases de geografía y el profesor insistía en que todas aquellas manchas rosas y verdes eran la representación del mundo real. Normalmente se las podía apanar cuando se dirigían hacia el norte, pero con el sur era imposible y esta vez iban hacia el sur. Giró el mapa una vez más. Tras unos segundos más de silencio, Ray dijo:

—Basta ya. ¡Deja de darle vueltas al mapa!

—Pero, tendré que saber hacia dónde vamos, ¿no? —explicó Ruth a duras penas.

—Sí, claro, pero no sabrás hacia dónde vamos si lo miras del revés —exclamó Ray.

—Mira Ray, para que lo sepas, parece bastante lógico girar el mapa hacia la dirección a la que te diriges. Así, la derecha y la izquierda quedan mucho más claras —dijo indignada alzando el tono de voz.

—Sí, pero si el mapa se hiciese para leerlo del revés también pondrían las letras al revés, ¿no crees? Bueno, deja de confundirme y dime por dónde tengo que ir.

—Vale, vale, ahora te digo por dónde —respondió Ruth furiosa. Acto seguido le pasó la guía con un gesto brusco y le gritó—: ¡Míralo tú mismo!

¿Le resulta familiar esta discusión? Sin duda, es una de las más comunes entre las parejas de cualquier sociedad y época. En el s. XI en Inglaterra, Lady Godiva se equivocó cuando galopó desnuda en su caballo por la calle de Coventry, Julieta se perdió al intentar volver a casa después de una de sus citas secretas con Romeo, Cleopatra amenazó a Marco Antonio con castrarle por intentar obligarla a entender sus estratégicos mapas de batalla e incluso Caperucita Roja se equivocó al tomar el atajo para ir a casa de su abuelita.

Pensamiento sexista

Entender cuál es su posición respecto a un mapa y saber hacia dónde se dirige dependen de su habilidad espacial. Los escáners cerebrales indican que la habilidad espacial está localizada en la parte frontal del hemisferio derecho en el caso de los hombres y, por esta razón, es uno de sus puntos fuertes. Esta facultad fue desarrollada en la antigüedad, cuando los hombres eran cazadores y tenían que saber calcular la rapidez del movimiento y la distancia de la presa, estimar a qué velocidad tenían que correr para acertar en el blanco y con cuánta fuerza tenían que arrojar una piedra o una lanza para poder desayunar ese día. En el caso de la mujer, la habilidad espacial se encuentra en ambos hemisferios y, a diferencia del hombre, carece de localización específica. Por ello, tan sólo el 10% de las mujeres presentan excelentes habilidades espaciales.

El 90 por ciento de las mujeres presentan una habilidad espacial limitada.

A algunas personas les puede parecer que este estudio es sexista porque resalta la capacidad y los puntos fuertes del hombre, las tareas para las que son más indicados y las evidencias biológicas que apoyan estas afirmaciones. Sin embargo, más adelante trataremos áreas en las que la hegemonía de las mujeres es incuestionable.

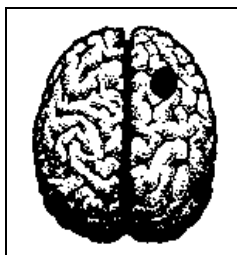
El cazador en acción

La capacidad espacial se podría definir como la habilidad para representar en la mente formas, dimensiones, coordenadas, proporciones, movimiento y geografía. Asimismo, incluye la destreza para imaginarse un objeto rotando en el espacio, orientarse en un lugar que presenta múltiples obstáculos y observar las cosas en una perspectiva tridimensional. El objetivo de esta facultad es calcular el movimiento de un blanco para poder decidir cómo atacarle.

Camilla Benbow, profesora de psicología en la Iowa State University llevó a cabo escáners cerebrales de más de un millón de niños y niñas con el fin de estudiar su habilidad espacial y en sus resultados subrayaba las diferencias entre los sexos que hemos mencionado en el libro, cuando los niños contaban sólo con cuatro años de edad. La doctora afirmó que mientras que las niñas tienen excelentes capacidades para visualizar los objetos en dos dimensiones, los niños lo pueden hacer en tres, lo que les aporta profundidad. En las pruebas de observación de objetos tridimensionales en vídeo, los niños superaron al sexo contrario con un resultado de cuatro a uno y, casi siempre, las niñas que habían obtenido mejor puntuación eran desbancadas por los niños que habían recibido las puntuaciones más bajas.

En los hombres, esta función específica se encuentra localizada al menos en cuatro zonas de la parte frontal del hemisferio derecho.

Las mujeres, al carecer de zonas localizadas, no suelen destacarse en estas habilidades porque no disfrutan al ponerlas en práctica, no les gusta realizar pasatiempos que estén relacionados ni les gustaría trabajar en algo que requiriese dicha habilidad.



Localización de la zona visual-espacial en el sexo masculino

Tanto los niños como los hombres, al poseer zonas cerebrales localizadas, suelen sobresalir en las actividades en las que se tienen que emplear estas facultades y les gustan las profesiones que están relacionadas con ellas como, por ejemplo, los deportes. Recurren a esta zona cerebral para resolver la mayoría de sus problemas. Es lógico que la habilidad espacial no sea el punto fuerte en las mujeres porque nunca tuvieron necesidad de cazar animales o encontrar el camino de vuelta a casa. Por esta razón, hoy en día no se les da demasiado bien mirar los mapas o las guías.

Es normal que las mujeres no tengan demasiadas habilidades espaciales porque, aparte de hombres, no han cazado nada más.

Existen miles de estudios científicos que confirman la superioridad masculina en cuanto a habilidad espacial, un hecho que no resulta sorprendente, si se tiene en cuenta su evolución como cazador. Sin embargo, el hombre actual ya no tiene que cazar para sobrevivir y utiliza esta capacidad para jugar a golf, al ordenador, al fútbol, a los dardos o a cualquier deporte que tenga como objetivo perseguir o acertar en un blanco. A la mayoría de las mujeres les parece que jugar a los dardos es realmente aburrido, pero si contasen con una zona específica en el hemisferio cerebral derecho para jugar a este juego, además de disfrutar, seguro que ganarían.

Los hombres tienen tal obsesión por ver a otros hombres acertar con una pelota en un objetivo que muchas de las personas mejor pagadas del mundo son jugadores de golf, de fútbol, de baloncesto y de tenis. Hoy en día, no hay que tener una carrera universitaria para ganarse el respeto de los demás, simplemente hay que ser bueno para estimar la velocidad, la distancia, los ángulos y la dirección.

¿Por qué los hombres saben hacia dónde van?

La habilidad espacial permite que un hombre pueda girar mentalmente un mapa y saber hacia dónde se dirige. Si posteriormente necesita volver al mismo sitio, no hará falta que vuelva a consultarlo porque ya habrá almacenado la información. La mayoría de los hombres no tiene ninguna dificultad para leer un mapa que apunta hacia el norte, cuando se quieren dirigir al sur. De igual forma, la mayoría puede fijarse en un mapa unos segundos y dirigirse al lugar de memoria. Los estudios reflejan que el cerebro masculino calcula la distancia y la velocidad para saber cuándo tiene que cambiar de dirección. La mayoría de los hombres, incluso si se encuentran en una habitación desconocida sin ventanas, saben apuntar al norte. Como buen cazador, tenía que estar seguro de encontrar el camino de vuelta a casa o, por el contrario, tendría pocas probabilidades de sobrevivir.

La mayoría de los hombres saben señalar al norte. Incluso cuando no tienen ni idea de dónde están.

Si va a un estadio deportivo y se sienta, podrá observar cómo los hombres no tienen ningún problema para ir a comprar una bebida y volver a su asiento. También es cierto que, sea cual sea la ciudad, no hay que ir muy lejos para ver a mujeres turistas paradas en las intersecciones de las calles dando vueltas y vueltas al mapa con cara de perdidas. Sino, vaya a cualquier centro comercial que tenga aparcamientos de más de una planta y verá como las mujeres van deambulando sin rumbo hasta encontrar sus coches.

¿Por qué les gustan tanto las salas recreativas a los chicos?

Esté donde esté, pruebe a entrar en una sala recreativa y verá que está llena de chicos que practican sus habilidades espaciales. A continuación analicemos algunos de los estudios científicos que destacan la habilidad espacial masculina y observaremos que casi todos incluyen pruebas de montaje de aparatos mecánicos tridimensionales.

Un estudio de la Universidad de Yale obtuvo las siguientes cifras: sólo el 22% de las chicas podía realizar este tipo de tareas mecánicas con una destreza similar a la de los chicos, sólo el 16% de las chicas era capaz de programar un vídeo, u otro aparato similar, a la primera siguiendo las instrucciones, mientras que el 86% de los chicos lo conseguían sin demasiada dificultad. Este estudio también puso de manifiesto que los chicos obtenían mejores resultados cuando tenían tapado el ojo derecho porque, de esta forma, sólo el ojo izquierdo podía recibir la información y la transmitía directamente al hemisferio derecho, donde se encuentran localizadas las zonas de habilidad espacial. En el caso de las chicas, daba igual que ojo utilizaran porque su cerebro intentaba resolver los problemas utilizando ambos hemisferios. Por esta razón, es raro que las mujeres elijan ser mecánicas, ingenieras o pilotos aéreos.

Camilla Benbow y Julián Stanley llevaron a cabo un estudio con niños superdotados y obtuvieron que por cada 13 niños que sobresalían en matemáticas sólo había una niña. Los niños pueden construir un edificio de pisos a partir de planos de dos dimensiones mucho más fácil y rápidamente que las niñas, puesto que son capaces de estimar los ángulos con más precisión y de comprobar si una superficie está mal nivelada. Sin duda, la razón por la que los hombres dominan en áreas como la arquitectura, la química, la construcción o la estadística reside en su pasado como cazadores. Los chicos también obtuvieron mejores resultados en las pruebas de coordinación entre manos y ojos, lo que explica su habilidad deportiva. De ahí la obsesión masculina por deportes como el cricket, el fútbol, el rugby, el baloncesto o cualquier deporte en el que se tengan que estimar las coordenadas y tirar, perseguir o disparar a un blanco. Ésta también es la causa de que en las salas recreativas y las pistas de monopatín de todo el mundo haya tantos chicos y tan pocas chicas. Las pocas chicas que hay, van para impresionar a los chicos pero, como la mayoría de las adolescentes saben, ellos están mucho más pendientes del juego que de su presencia.

El cerebro de los chicos se desarrolla de forma diferente

Los padres que tienen tanto hijos como hijas pronto se dan cuenta de que su ritmo de desarrollo es diferente. El hemisferio cerebral derecho de los chicos se desarrolla a mayor velocidad que el izquierdo. Así, el hemisferio derecho desarrolla gran número de conexiones en esta parte, pero pocas con el hemisferio izquierdo. En las niñas, ambos hemisferios se desarrollan a un ritmo equiparable, por lo que son capaces de realizar un abanico de actividades mucho más amplio. Además, al poseer mayor interconexión entre ambos hemisferios gracias al grosor de su cuerpo caloso, suele haber más niñas ambidiestras que niños y más mujeres que no saben distinguir entre su derecha e izquierda.

La testosterona frena el crecimiento del hemisferio cerebral izquierdo en los chicos, pero, a la vez, permite que desarrollen más el hemisferio derecho, donde se encuentra localizada la habilidad espacial. Estudios realizados con niños y niñas de edades comprendidas entre los 5 y los 18 años revelaron que los primeros destacaban en la conducción de un haz de luz hacia un objetivo, en reproducir figuras que sólo habían visto durante segundos, en hacer construcciones con diferentes objetos tridimensionales y en la resolución de problemas de razonamiento matemático. Las habilidades requeridas en la realización de estas tareas se encuentran localizadas en el hemisferio cerebral derecho en, al menos, el 80% de los hombres y los niños.

Diana y sus muebles

Cuando la furgoneta estaba cargando los muebles de Diana para trasladarlos a su nueva casa, ella estaba muy ocupada midiendo con la cinta métrica cada una de las piezas para ver si cabrían en determinada habitación. Mientras medía el mueble del comedor, Cliff, su hijo de 14 años, le dijo: «Ni hablar, mamá, eso no cabe donde tú quieres ponerlo. Es demasiado grande». Diana, testaruda, lo midió y se dio cuenta de que su hijo tenía razón y se preguntaba cómo podía haberlo sabido con tan sólo mirar la pieza. ¿Cómo podía saber si cabría en la otra habitación? La respuesta es sencilla: gracias a su habilidad espacial.

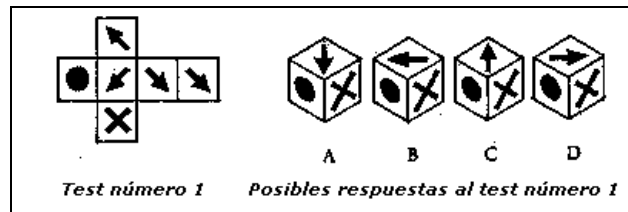
El test de la habilidad espacial

El científico norteamericano D. Weschsler creó una serie de tests para medir el coeficiente intelectual en los que eliminó cualquier tipo de estereotipo entre sexos en el caso de la habilidad espacial. El científico llevó a cabo sus tests en personas de diferentes ámbitos y culturas, desde los miembros de sociedades primitivas hasta los ciudadanos de las grandes urbes, en todo el mundo y, al igual que la mayoría de los investigadores, llegó a la conclusión de que las mujeres eran superiores al hombre en inteligencia general, siendo un 3% más inteligentes, a pesar de poseer cerebros de menor tamaño. Sin embargo, cuando se trataba de resolver puzzles, la superioridad del hombre era incuestionable, ya que el 92% de los varones obtuvieron la puntuación máxima, frente al 8% de las mujeres, fuese cual fuese su cultura. Hay críticos que afirman que ésta es una prueba más de la inteligencia superior de las mujeres, ya que no pierden el tiempo en hacer dibujitos y puzzles tontos pero, sea como sea, gráficamente los

hombres demuestran tener mayor habilidad.

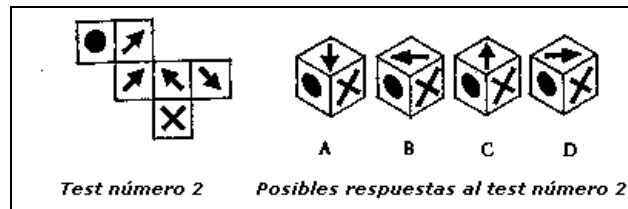
El test espacial que presentamos a continuación fue desarrollado por The Plymouth University y actualmente se utiliza para seleccionar a pilotos, navegantes y controladores aéreos que compiten por un puesto de trabajo. El test mide la habilidad para asimilar información en dos dimensiones y construir mentalmente un objeto tridimensional.

Imagínese que el puzzle del test número 1 estuviese hecho de cartulina. Si lo doblase por las líneas, obtendría un cubo con símbolos en la parte exterior. Suponiendo que la cara que tiene la cruz sea la de la derecha y que la del círculo sea la de la izquierda, ¿cuál es la opción correcta? ¿la A, la B, la C o la D?



Para realizar el test debe ser capaz de imaginar mentalmente la figura en tres dimensiones y de hacerla girar hasta encontrar el ángulo adecuado. Estas mismas facultades son las requeridas en la lectura de mapas o guías, en el aterrizaje de un avión o en la caza de un búfalo.

La respuesta correcta es la A. Ahora observará una versión más compleja del mismo test para la cual su cerebro necesitará realizar más rotaciones espaciales.



Los estudios realizados por zoólogos demuestran que los machos mamíferos poseen habilidades espaciales superiores a las hembras. Por ejemplo, las ratas macho muestran más capacidad para encontrar la salida en laberintos que las hembras y los elefantes macho pueden recordar con más facilidad dónde se encontraba un estanque de agua. (Por cierto, la respuesta correcta del test número 2 es la C).

¿Cómo se orientan las mujeres?

Muchas mujeres se quejan de que «si los hombres no hubiesen diseñado los mapas así no tendríamos que girarlos». La sociedad de Cartografía Británica asegura que el 50 por ciento de sus miembros son mujeres y que el 50 por ciento de los diseñadores y editores de mapas también pertenecen a este sexo. El prestigioso cartógrafo británico Alan Collin son aseguró que «el diseño de mapas es una tarea en dos dimensiones y las mujeres están tan capacitadas como los hombres para realizarla. La dificultad de las mujeres es entender los mapas porque, para ello, se necesita una perspectiva tridimensional. Yo diseño mapas turísticos con perspectiva tridimensional que contienen árboles, montañas y otros relieves. Está comprobado que las mujeres tienen menos dificultades para entender este tipo de mapas. Los test demuestran que los hombres poseen la habilidad para convertir mentalmente un mapa de dos dimensiones en un mapa tridimensional, una habilidad que parece no ser muy común en las mujeres».

Las habilidades espaciales de las mujeres se multiplican cuando utilizan mapas con perspectivas.

Otro dato interesante es que los hombres obtienen mejor puntuación cuando se orientan con un acompañante que le explique verbalmente por dónde ir a un sitio. Por el contrario, las mujeres obtuvieron un resultado desastroso cuando les indicaban verbalmente. Este estudio demuestra que los hombres también son capaces de convertir las señales sonoras en mapas mentales tridimensionales en los que pueden visualizar el camino correcto, mientras que las mujeres parecen guiarse mejor cuando tienen mapas tridimensionales.

¿Qué pasa si no encuentra el rumbo?

La marinera australiana Kay Cottee fue la primera mujer en circunnavegar el mundo sin parar. Está claro que se trata de una mujer que sabe moverse por el mundo, ¿no cree?

Pues recientemente, en una conferencia afirmó que tenía dificultades para entender las guías. Asombrados, le preguntamos: «Y si es así, ¿cómo ha podido recorrer todo el mundo? —Porque eso es navegar, —respondió Kay—. Hay que programar el ordenador y él le guía por la dirección correcta. Yo no me adentro en el mar y digo... 'A ver... sí... creo que giraré a la izquierda...' Un mapa o una guía de una ciudad es algo intuitivo. Hay que 'sentir' hacia dónde se va. Siempre que voy a una ciudad desconocida tengo que coger un taxi para llegar a los sitios. Muchas veces he intentado alquilar coches, pero siempre acababa en lugares equivocados.»

A mucha gente le cuesta creer que Kay Cottee pudiese tener dificultades para llegar hasta el barco que la llevaría a circunnavegar el mundo y que, sin embargo, demostrase que con empeño, planificación y valentía cualquiera puede navegar por todo el mundo (incluso si no entienden los mapas o las guías de las

ciudades) sabiendo cómo rodearse de la gente y el equipo adecuados para conseguir el propósito.

Los mapas voladores

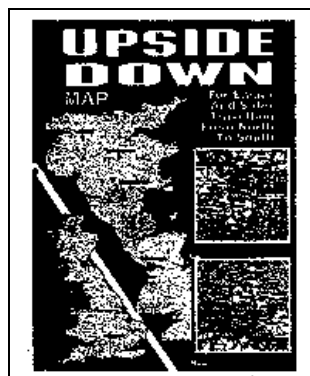
Nosotros, los autores, viajamos durante nueve meses al año realizando seminarios y, por esta razón, nos pasamos la mayor parte del tiempo en coches alquilados. Allan normalmente conduce, puesto que sus habilidades espaciales son mejores que las de Barbara, que carece completamente de esta facultad, lo que ha causado innumerables discusiones entre la pareja en todo el mundo y durante muchos años. Barbara normalmente se encarga de indicarle el camino verbalmente y el pobre Allan más de una vez ha acabado cubierto de mapas y guías escritos en cualquier lengua que ella le ha lanzado. A menudo, Barbara se ha bajado del coche, muy enfadada, gritándole: «¡Pues, ahora, míralo tú mismo!» y ha preferido ir en autobús o en tren al lugar antes que tener que discutir con él.

Barbara Pease no tiene sentido de la orientación y Allan Pease es incapaz de encontrar los calcetines en el cajón.

Afortunadamente, su investigación sobre la habilidad espacial les ha permitido comprender los problemas que surgen cuando un miembro de la pareja carece de esta facultad, ya que el otro es incapaz de entenderlo. Así, en la actualidad, Allan echa una ojeada al mapa antes de conducir y Barbara habla sobre los aspectos más relevantes del paisaje, que suelen pasar desapercibidos a su marido. Siguen estando felizmente casados y el lanzamiento de mapas ya no supone un peligro para el resto de los conductores.

El mapa al revés

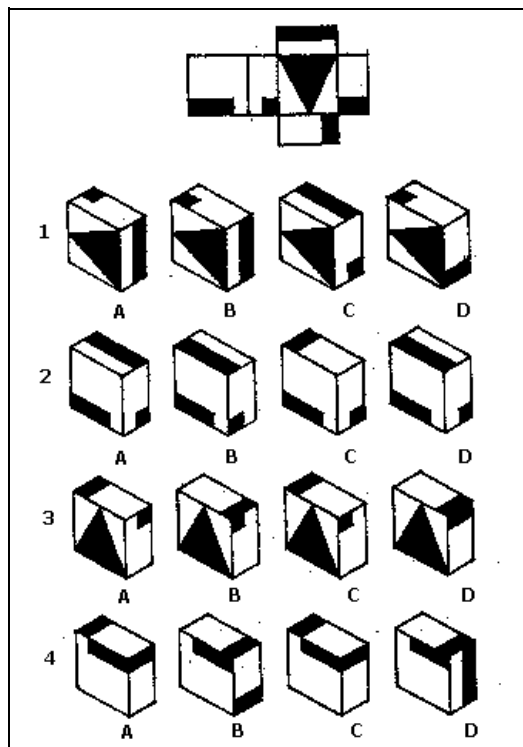
En 1998 en Inglaterra, John y Ashley Sims crearon un mapa bidireccional que contiene un mapa normal y corriente que indica las direcciones para viajar del sur al norte y un segundo mapa, al revés, para viajar del norte al sur. En el suplemento dominical de un periódico británico ofrecieron este mapa a las 100 primeras personas que lo solicitasen. Han dado fe de que recibieron más de 15.000 solicitudes escritas por mujeres y tan sólo unas cuantas provenientes de hombres. Afirmaron que parecía que los hombres no estaban interesados en un mapa al revés o que sencillamente se lo habían tomado como una broma. Sin embargo, las mujeres, mostraron un gran interés ya que les evitaba tener que girar el mapa continuamente.



La empresa automovilística BMW fue la primera en instalar el sistema GPS, que consiste en un equipo de orientación visual vía satélite que ofrece un mapa de la zona en la que se encuentra y marca con un punto la situación del coche en relación al lugar dónde se dirige. Como se había previsto, este equipo está teniendo un gran éxito entre las mujeres.

El test final

Intente realizar este test desarrollado por la empresa de investigación y recursos humanos Holdsworth (Reino Unido) para seleccionar a los candidatos que se presentan para puestos, como el de controlador aéreo, para los que se requieren grandes habilidades espaciales. Si no puede efectuar el test en menos de tres minutos, no obtendrá el puesto de trabajo. Este test es más difícil que los que hemos mostrado en páginas anteriores y, si usted es hombre, seguro que le subirá la temperatura de la parte frontal de su hemisferio derecho.



En el test, se ofrece un modelo que, de ser cortado, se podría doblar hasta formar una caja tridimensional. Usted debe decidir cuál, si es que hay alguna, de las cuatro cajas que se ofrecen en cada línea podría doblarse siguiendo el modelo. Si cree que ninguna de las cuatro opciones es adecuada, no haga ningún círculo sobre las letras.

La mayoría de la gente que es capaz de completar este test en menos de tres minutos son hombres, especialmente profesionales que tienen que ejercitar sus habilidades tridimensionales, como los arquitectos o los matemáticos. Ahora ya sabe porqué el 94% de los controladores aéreos son hombres. Muchas mujeres creen que estos tests son una pérdida de tiempo, pero cabe decir que nosotros encontramos a una mujer que lo completó en tan sólo nueve segundos. ¿Su profesión? Actuaría de seguros. *(Las respuestas correctas son 1b, 2d, 3c, ninguno.)*

¿Cómo evitar una discusión?

A los hombres les encanta conducir por carreteras sinuosas porque así pueden poner a prueba sus habilidades espaciales: combinaciones de marchas, embrague, freno, velocidad dependiendo de las curvas, los ángulos y las distancias.

El hombre moderno se sienta detrás del volante, le da un mapa a la mujer y le dice que le diga por dónde ir. Con su limitada orientación, la mujer permanece callada y empieza a darle vueltas y vueltas al mapa, sintiéndose incompetente. La mayoría de los hombres no entienden que, si se posee una zona cerebral específica para la rotación de mapas, se le tenga que dar vueltas con las manos. Sin embargo, para una mujer es lo más lógico, girar el mapa en la dirección a la que se dirige. Si un hombre quiere evitarse discusiones, es mejor que no le pida a una mujer que mire el mapa y le oriente.

Para llevar una vida feliz:

No insista en que una mujer lea un mapa o una guía.

Al poseer habilidades espaciales en ambos hemisferios cerebrales, esta facultad interfiere con la del habla y, por eso, si le da un mapa a una mujer, ésta dejará de hablar inmediatamente y le dará vueltas. Si se lo da a un hombre, verá como sigue hablando, a pesar de que apagará la radio porque no puede escuchar al mismo tiempo que desarrolla su habilidad orientativa. Por eso, cuando está en casa y suena el teléfono, le pide a todo el mundo que mantenga silencio.

Las mujeres resuelven los problemas matemáticos esencialmente en su hemisferio cerebral izquierdo, lo que explica porqué son tan lentas al realizar cálculos y porqué suelen hacerlos en voz alta. Hombres de todo el mundo pronuncian estas palabras mientras intentan leer el periódico: «¿Te importaría hacer el cálculo mentalmente? Así no puedo concentrarme».

¿Cómo discutir mientras conduce?

Un marido que intentaba enseñar a su mujer a conducir se dirige ahora hacia el Juzgado para interponer una demanda de divorcio. Sea en el país que sea, todos los hombres les dan las mismas instrucciones: «ahora gira a la izquierda ¡Afloja, afloja! Cambia de marcha. Ten cuidado con esos peatones. Concéntrate. Deja de llorar». Para un hombre, conducir no es más que probar sus habilidades espaciales en relación con el exterior, pero para una mujer se trata de llegar a salvo desde el punto A hasta el punto B. Lo mejor que puede hacer un hombre como pasajero es cerrar los ojos, subir el volumen de la radio y dejar de hacer comentarios porque, al fin y al cabo, las mujeres son unas conductoras más seguras que los hombres. Ella, aunque sea cierto que tarde un poco, le llevará al destino sano y salvo. Una

vez allí puede relajarse y dar gracias de seguir con vida.

Una mujer criticará a su marido por realizar maniobras y tomar decisiones que, aunque a ella le parezcan peligrosas y arriesgadas, resultan seguras gracias a sus habilidades espaciales. A menos que él tenga un pésimo historial como conductor, ella también debería relajarse, dejar de criticarle y permitir que conduzca a su manera. Las mujeres, cuando ven caer la primera gota de lluvia, enseguida ponen en marcha los parabrisas, algo que los hombres nunca entenderán. El cerebro masculino espera hasta que haya un número considerable de gotas en la luna delantera para poder calcular la velocidad de los parabrisas y, en ese momento, los pondrá en marcha. En otras palabras, utiliza la habilidad espacial.

Cómo convencer a una mujer

Nunca dé a una mujer indicaciones del tipo «diríjase hacia el norte» o «vaya unos cinco km. hacia el oeste» porque requieren su habilidad orientativa. Sin embargo, puede darle indicaciones que contengan puntos de referencia como «conduzca hasta llegar al McDonald's y después diríjase hacia ese edificio que tiene el rótulo de National Bank». Así, la mujer puede utilizar su visión periférica para ver los puntos de referencia y dirigirse al destino. Los constructores y arquitectos pierden millones en todo el mundo en tratos empresariales al presentar a las mujeres que tienen que tomar las decisiones planas y proyectos en dos dimensiones. El cerebro masculino podría convertir el plano en tres dimensiones y observar mentalmente el edificio terminado, pero para una mujer se trata tan sólo de páginas con líneas irrelevantes. Un plano tridimensional o una imagen computarizada venderían, sin duda, una casa a una mujer. Con toda esta información, la mujer no debería volverse a sentir como una idiota cuando mira un mapa. Déselo al hombre, le corresponde a él saberlo descifrar.

Para un hombre, es mucho más relajante orientarse y conducir mientras que la mujer le habla sobre monumentos o señales que se van encontrando por el camino. Como sabemos, un hombre posee unas facultades verbales inferiores a la mujer, por lo que parece justa su supremacía en cuanto a habilidad espacial se refiere. Así, podrá llegar sin problemas a la casa de su nueva novia, aunque después no sepa qué decirle.

El sufrimiento de aparcar en línea

Si le pidiesen que observase a los coches que están aparcados en línea en la calle, «¿podría decir cuáles han sido aparcados por hombres y cuáles por mujeres? Una investigación llevada a cabo por una autoescuela británica reveló que en el Reino Unido los hombres obtenían una media del 82 por ciento de precisión al aparcar su coche en línea cerca de la acera y un 71 por ciento lo lograba a la primera. Las mujeres sólo obtuvieron un 22 por ciento de precisión, y la mediocre cifra del 23 por ciento de logros a la primera. En Singapur, un estudio de similares características, obtuvo un resultado del 66 por ciento de precisión en el caso de los hombres, con un porcentaje de 68 por ciento de logros a la primera, mientras que las mujeres sólo representaron un 19 por ciento en el test de precisión y sólo el 12 por ciento lo consiguió a la primera. En letra pequeña: ¡si ve a una conductora de Singapur, aléjese como un rayo!». Los hombres que mejor aparcan son los alemanes, con un porcentaje del 88 por ciento de logros en el primer intento. Las pruebas de conducción que realizan las autoescuelas demuestran que las mujeres suelen darse más maña para aparcar en batería marcha atrás que los hombres durante las prácticas, pero que en situaciones reales suelen tener menos destreza que los varones. Este hecho se debe a que las mujeres tienen mayor habilidad para aprender una tarea y repetirla, siempre y cuando las circunstancias sean las mismas. Sin embargo, en el tráfico real cada situación presenta nueva información y nuevos datos, por lo que la habilidad espacial del hombre les aventaja en la resolución del aparcado.

La mayoría de las mujeres prefieren dar vueltas hasta encontrar un sitio de aparcamiento más espacioso, aunque eso suponga caminar más hasta el destino, que tener que dar marcha atrás y maniobrar para aparcar el coche en un sitio justo.

Si las mujeres fuesen alcaldesas, prohibirían aparcar en línea y en batería marcha atrás

Últimamente muchos pueblos y ciudades han introducido líneas que forman un ángulo de 45° para aparcar en batería marcha atrás, ya que se ha demostrado que es más seguro que el conductor mire al frente para arrancar. Aún así, la opinión de las mujeres no ha cambiado y siguen odiando tener que aparcar en batería porque tienen que recurrir a su escasa habilidad espacial para estimar ángulos y distancias. Llevamos a cabo un seguimiento de 20 ayuntamientos que han puesto en práctica este tipo de aparcamiento en batería marcha atrás y descubrimos que no había prácticamente mujeres involucradas en esta decisión. Casi siempre lo habían determinado hombres. Seguramente, si la mayor parte de los funcionarios de un ayuntamiento fuesen mujeres, estaría prohibido aparcar tanto en batería marcha atrás como en línea y diseñarían aparcamientos de una columna en batería, para evitar tener que calcular ángulos y distancias. Este método requeriría un terreno muy espacioso, pero evitaría muchos accidentes.

Las mujeres han sido engañadas

Después de todos estos datos, ¿cuál es la posición de la mujer? Muchos grupos a favor de la mujer estaban convencidos de que, cuando ésta se liberase de las cadenas con que la oprimían el hombre y los prejuicios, en poco tiempo escalaría hasta las posiciones hegemónicas en la sociedad, hasta ahora reservadas a hombres. A pesar de estas buenas intenciones, y tal y como acaba de leer, los hombres continúan ejerciendo un monopolio virtual en las profesiones que requieren habilidad espacial. Millones de mujeres han ignorado sus inclinaciones naturales y han renunciado a ejercer profesiones en las que hubiesen sobresalido fácilmente debido a sus zonas cerebrales específicas.

La habilidad espacial en la educación

Como hemos comprobado, nuestra naturaleza nos orienta hacia determinadas profesiones o actividades que son compatibles con nuestra estructura cerebral. Analicemos una profesión en la que la

igualdad de oportunidades es una prioridad: la enseñanza. Estuvimos entrevistando a responsables del departamento de educación en Australia, Nueva Zelanda y Gran Bretaña y todos insistieron en que era importante mantener el número del profesorado femenino y masculino a un 50% para ofrecer igualdad de oportunidades a ambos sexos. En Gran Bretaña, en 1998, el 48% de los profesores eran hombres y el 52% mujeres. La estructura mental femenina es más indicada para la enseñanza que la masculina porque sus facultades relacionadas con la comunicación y la interacción personal están más desarrolladas. Observemos ahora, la selección de asignaturas realizada por el profesorado, según su sexo:

Materia	Nº profesores	% mujeres	% hombres
Biología	5.100	49	51
Francés	16.200	75	25
Estudios empresariales	6.400	50	50
Historia	13.800	54	46
Geografía	14.200	56	44
Ciencias sociales	11.000	52	48
Música	5.600	51	49
Educación personal y social	74.200	47	53
Cultura general	7.900	53	47
Estudios clásicos	510	47	53
Educación física	20.100	58	42
Religión	13.400	56	44
Arte	9.400	44	56

Profesorado en el Reino Unido en 1998

De esta tabla se extraen dos enseñanzas. La primera, que las asignaturas representadas en la tabla no requieren poseer una hemisferio cerebral predominante para poder enseñarlas. La segunda, que no necesitan un gran habilidad espacial y tampoco hay asignaturas en las que se necesite tener muy desarrollada la capacidad verbal del hemisferio izquierdo. Usted puede observar que los porcentajes están bastante equiparados entre ambos sexos.

Materia	Nº profesores	% mujeres	% hombres
Física	4.400	82	18
Informática	10.700	69	31
Ciencias	28.900	65	35
Química	4.600	62	38

Materias que requieren habilidad espacial

Esta tabla muestra claramente que cuando se necesita la habilidad espacial para pensar y trabajar, los hombres dominan los porcentajes.

Profesiones que requieren habilidad espacial

A continuación mostraremos una lista de las profesiones en las que la habilidad espacial resulta crítica para desarrollar las tareas, puesto que hay vidas humanas en juego. No hay que ser un científico espacial para comprender la importancia de esta tabla y su relación con las facultades del hemisferio derecho en el hombre y su pasado de cazador.

Asimismo, ofreceremos algunos datos para aquéllos que siguen empeñados en que las facultades naturales no cuentan para nada y sostienen que la baja representación femenina se debe a la opresión masculina, a su actitud frente a la mujer y a un monopolio que ha impedido que las mujeres puedan igualarse en número a los hombres en determinadas profesiones. El Instituto Real de Arquitectos Británicos afirma que el 50 por ciento de los estudiantes que se matriculan en arquitectura son mujeres, a pesar de que sólo el nueve por ciento del total de arquitectos que ejercen su profesión pertenece a este sexo. Está claro que muchas mujeres que no consiguieron llegar a ser arquitectas optaron por formar una familia pero, ¿qué pasa con el resto? En contabilidad, el 17 por ciento de los contables británicos son mujeres, a pesar de que un 38 por ciento se matricularon en dichos estudios.

Profesión	Número	Hombres	Mujeres	% hombres	Fuente de información
Ingeniero aeronáutico	51	51	0	100 %	Compañía Ansett de Aéreo
Ingeniero	1.608	1.608	0	100 %	Colegio de Ingenieros Nucleares
Piloto de coches de carreras	2.822	2.818	4	99,8 %	Auto Racing Club
Ingeniero	1.185	1.167	18	98,3 %	Colegio de Ingenieros Nucleares
Piloto	2.338	2.329	9	99,6 %	Qantas
808	807	1	99,9 %	Ansett	

3.519	3.452	67	98 %	British Airways	
Controlador Aéreo	1.360	1.274	86	94 %	Departamento de Aviación Civil
Carreras de motos y de dragcars	250	234	16	93,6 %	Dragacers
Arquitecto	30.529	27.781	2.748	91 %	Colegio de Arquitectos
Oficial de vuelo	19.244	17.415	1.829	90,5 %	Estadísticas gubernamentales
Actuario	30.529	27.781	2.748	91 %	Colegio de Arquitectos
Jugadores de billar europeo y americano	5.081	4.578	503	90 %	Colegio de Actuarios
Contables	113.221	93.997	19.224	83 %	Colegio de Arquitectos

Porcentaje de hombres y mujeres que realizan trabajos que requieren habilidad espacial (cifras recogidas en Australia, Nueva Zelanda y Reino Unido en 1998)

«¿Por qué no hay más mujeres pilotos?», les preguntamos a las compañías aéreas. «No se matriculan en los cursos», fue la respuesta que obtuvimos. «A las mujeres no les interesa pilotar aviones». La mayoría de los portavoces fueron bastante ambiguos o ni siquiera nombraron la importancia de poseer destacadas habilidades espaciales para volar y se mostraron reticentes y nerviosos ante cualquier comentario sobre las diferencias entre los sexos en la profesión, a pesar del claro testimonio de las cifras, con un 98 por ciento de la tripulación de cabina masculina. Hay una cosa clara: las mujeres son pocas en estas profesiones porque no se matriculan en los cursos. Su estructura cerebral no es la más adecuada para realizar esas tareas y, por ello, no se muestran interesadas en aprender esa profesión.

Billar y ciencia nuclear

En nuestra investigación, hablamos con gran número de profesionales de billar americano y europeo. Un excampeón mundial afirmó: «las mujeres que juegan profesionalmente a billar piensan y actúan como hombres». Sin embargo, las jugadoras estaban convencidas de que si practicaban tanto como sus compañeros varones llegarían a ser tan buenas como ellos. Muchas dijeron que la actitud de los hombres hacia ellas era una de las principales razones de que el porcentaje femenino fuese tan insignificante. Ante nuestra pregunta sobre la superioridad espacial de los hombres, sobre su ventaja para medir la velocidad relativa y los ángulos de las bolas, las distancias hacia los agujeros y la posición final de la bola blanca, contestaron que «nunca habían oído hablar de eso». Una vez más, citaban a los hombres como los responsables de la ausencia de mujeres en los campeonatos.

El Instituto de ingenieros nucleares afirmó: «Mantenemos una política de igualdad entre sexos, pero contratamos a las personas según sus habilidades, no según su sexo». Las cifras que nos ofrecieron contenían un porcentaje del 98,3 por ciento de ingenieros nucleares masculinos. Un dato interesante es que el departamento de investigación del Instituto sostuvo que las mujeres ingenieras tienen mayor capacidad para trabajar con las letras que los hombres, mientras que éstos muestran mayor habilidad con los números. Este dato parece lógico, puesto que las letras están relacionadas con gente, con relaciones humanas y habilidades verbales, a diferencia de los números, que tienen conexión con la relación espacial de las cosas.

Si volvemos la mirada atrás y hojeamos los libros de historia, veremos que prácticamente ninguna mujer ha sobresalido en áreas que requerían habilidad espacial y razonamiento matemático como el ajedrez, la navegación o la aeronáutica. Hay quien puede justificar esta ausencia femenina debido a la tiranía masculina, que ha mantenido alejada de estas profesiones a las mujeres a lo largo de la historia, pero si echa un vistazo a su alrededor hoy en día, observará que las mujeres que eclipsan a los hombres en tareas que requieren habilidad espacial son, sin duda, una minoría. Puede que sus cerebros haga que se decanten por la protección de su hogar, en vez de preocuparse por atacar al contrario.

Las mujeres sobresalen en áreas en las que pueden desarrollar su creatividad como el teatro, la enseñanza, relaciones humanas y la literatura, es decir, los ámbitos en los que el razonamiento abstracto no es primordial. Mientras que los hombres juegan a ajedrez, las mujeres bailan y decoran la casa.

La industria de la informática

La informática es una ciencia nueva que se ha nutrido de áreas como las matemáticas, que requiere habilidad espacial, y por esta razón, es también un ámbito masculino. A pesar de todo, algunas áreas de la informática, como la programación o el diseño, requieren más conocimiento de psicología humana que de matemáticas y esto se refleja en el alto porcentaje de mujeres.

Los resultados de una encuesta llevada a cabo en Estados Unidos por la revista *Mujeres empresarias en el mundo de la informática* corroboró que desde 1993 a 1998 se había producido un gran declive en las mujeres que ocupaban puestos relacionados con la tecnología de la información y citaba como razón principal la falta de motivación e interés de éstas por matricularse en estos cursos formativos. El estudio también afirmó que normalmente las mujeres observan el ordenador como una herramienta más necesaria que los hombres, ya que el 84% de las mujeres lo contemplaba como una herramienta para dar rienda suelta a su imaginación y creatividad, mientras que tan sólo el 33% de los hombres compartía esta opinión. La encuesta también demostró que los hombres creían que lo más importante en un ordenador

era la tecnología y el poder jugar con los programas y accesorios, frente a un 16% de mujeres que citaban estas mismas prioridades.

Matemáticas y contabilidad

Los hombres que desarrollan trabajos relacionados con la habilidad espacial suelen permanecer en ese puesto o ascender. La mayoría de los profesores de matemáticas suelen ser hombres, aunque en esta asignatura, la diferencia va desapareciendo poco a poco. En 1998 en el Reino Unido, el 56 por ciento de los profesores de matemáticas eran hombres y el 44 por ciento mujeres.

A partir de estas cifras, ¿cómo se explica el creciente porcentaje de mujeres en esta asignatura? La explicación más razonable es que las mujeres poseen más cualidades para la enseñanza, para relacionarse y organizar grupos y están más comprometidas con esta profesión que los hombres. Al enseñar el mismo temario una y otra vez, son capaces de ser excelentes profesoras en cualquier tipo de asignatura, incluso las matemáticas. Este hecho también explicaría porqué el campo de la contabilidad también ha experimentado un aumento de mujeres profesionales. En este ámbito, el poseer don de gentes constituye un imperativo, trasladando las habilidades contables a un segundo plano. En las grandes empresas de contabilidad es bastante común que haya una mujer contable que sea la que se gana al público con su amabilidad y gentileza, y un contable matemático masculino que esté en un despacho haciendo el trabajo. Sin embargo, cuando el trabajo requiere habilidades espaciales puras y razonamiento matemático, los hombres siguen dominando. De ahí que el 91% de los actuarios y el 99% de los ingenieros sean varones.

Cuando poseen la misma habilidad

En Australia, tan sólo el cinco por ciento de los ingenieros son mujeres, pero la media demuestra que su salario es un 14% más elevado que el de sus compañeros masculinos. Así, las pocas mujeres que poseen habilidad espacial, trabajan a un mayor ritmo que el hombre. Por ejemplo, en las carreras de motos profesionales casi no ha habido campeonatos femeninos desde que se inventaron, pero en *drag-racing*, el diez por ciento de los participantes y campeones son mujeres. ¿A qué se debe? El *drag-racing* no requiere grandes habilidades espaciales para tener que calcular velocidades, ángulos, esquinas, adelantamientos y cambios de marchas. Los *drag racers* conducen en un camino recto y el campeón es aquél que reacciona más rápido a la señal de la luz verde, una habilidad para la cual las mujeres tienen ventaja.

Cuando las mujeres poseen habilidad espacial, su ritmo y calidad de trabajo es superior.

A pesar de que la mayoría de conductoras de *drag racers* al realizar el Test de la Estructura Cerebral obtuvieron resultados que se situaban en la franja de estructura mental masculina, al ser entrevistadas sobre las ventajas de su profesión en relación al resto de la gente, subrayaban: «Nos encanta trabajar con los chicos —dijeron— todos formamos un gran equipo y somos buenos amigos». Cuando preguntamos a los hombres sobre las ventajas de su trabajo contestaron que les encantaba ganar premios, tener buenos coches y hablar sobre accidentes a los que habían logrado sobrevivir.

Los niños y sus juguetes

A los niños les vuelven locos sus juguetes. Quizá por eso la mayoría de las patentes están registradas por hombres. A las niñas también les gustan los juguetes, pero suelen ir perdiendo el interés al llegar a los 12 años de edad, cuando empiezan a transformarse en mujercitas. Los hombres nunca pierden su obsesión por los juguetes que tienen que ver con la habilidad espacial, simplemente, a medida que se van haciendo mayores, se gastan más dinero en ellos. Les encantan los televisores portátiles, los teléfonos móviles que tienen forma de coche, los juegos de ordenador y de videoconsola, las videocámaras, mandos a distancia para cualquier cosa, aparatos que apagan la luz cuando se lo ordenas con la voz y, en fin, cualquier cosa que tenga un motor. Si pita, centellea y necesita más de seis pilas, seguro que quieren uno.

Lo que las mujeres piensan al respecto

Cualquier discusión sobre las diferencias entre sexos, como la que presenta este libro, desencadena una avalancha de protestas por parte de feministas y activistas «políticamente correctos», puesto que consideran que el libro atenta contra sus esfuerzos para lograr una vida más justa para todos. Los prejuicios de la sociedad pueden reforzar y exacerbar la conducta estereotípica del hombre y la mujer, así como fomentar las desigualdades, pero hay que tener en cuenta que los estereotipos no son la causa de la conducta. Nuestra naturaleza y la estructura cerebral de ambos sexos es la culpable. Muchas mujeres se consideran fracasadas o creen que no han podido conquistar ciertas áreas en las que predomina el hombre. Eso no es cierto. Las mujeres no han fracasado, simplemente no cuentan con las mismas habilidades para poder entrar en las áreas dominadas por el hombre.

Las mujeres no han fracasado. Sólo han fracasado en su intento de ser como hombres.

La idea de que las mujeres no han prosperado en la sociedad sólo es válida si se toma la definición masculina de «éxito», pero eso no quiere decir que ésta sea la definición adecuada. ¿Quién puede decir que «realizarse personalmente» significa ser un director ejecutivo a cargo de una gran empresa, volar en un jumbo jet o programar ordenadores espaciales?

Los hombres lo consideran así, pero es su forma de medir el «éxito», no la de los demás.

¿Pueden mejorar su habilidad espacial?

En una palabra: SÍ. Hay muchas alternativas. Puede esperar a que la evolución natural vaya dotando a las mujeres con mayor habilidad espacial, creando mayores conexiones cerebrales según vayan utilizando esta facultad para sus tareas cotidianas. Si se decide por esta vía, debe saber que puede llevarle mucho tiempo. Los biólogos estiman que podría tardar miles de años.

Inyectar testosterona, hormona masculina, también mejoraría la habilidad espacial de las mujeres, pero puede que no les guste esta opción porque los efectos secundarios podrían incluir altos niveles de agresividad, alopecia y barba, y puede que no resulte demasiado apropiado para la imagen.

Hoy en día, se puede afirmar que la práctica y la repetición ayudan a crear constantemente conexiones cerebrales para desarrollar una tarea específica. Las ratas que se crían en jaulas con juguetes presentan más masa cerebral que las demás. Cuando los seres humanos se jubilan y dejan de realizar actividades pierden masa cerebral, mientras que los que mantienen intereses y actividades mentales activas conservan e incluso ganan masa cerebral. Aprender y practicar con mapas puede incrementar mucho su habilidad espacial, de igual forma que practicar el piano cada día mejora su capacidad musical, puesto que, a no ser que se posea una habilidad cerebral innata para tocar el piano, la práctica es necesaria para mantener un cierto nivel. Tanto la persona que toca el piano como que lee un mapa tiene que mantener el nivel adquirido o sino su habilidad irá disminuyendo y tardará mucho más en recuperar el ritmo que la persona que ya posee por naturaleza un cerebro estructurado para realizar estas tareas.

Una calva y una barba quizá sea un precio demasiado alto para que las mujeres consigan mejorar sus habilidades espaciales.

Algunas estrategias útiles

Si usted tiene un hijo o algún hombre en su vida, tiene que entender que, a pesar de tener excelentes habilidades espaciales, son incapaces de hacer dos cosas a la vez. La mayoría de los niños necesitan ayuda para organizar sus deberes, los hombres necesitan una agenda y que les echen una mano para organizar su vida de forma eficiente. Estas habilidades organizativas son más comunes en las niñas y en las mujeres. Albert Einstein fue un genio científico y nadie duda de sus habilidades espaciales, pero no empezó a hablar hasta que tenía cinco años y carecía casi por completo de capacidad organizativa o de don de gentes, tal y como su peinado dejaba intuir.

Si usted es un hombre con una profesión relacionada con la habilidad espacial, como arquitectura o construcción, tiene que entender que la mayoría de mujeres necesitan una perspectiva tridimensional para estar convencidas de un proyecto.

¿Quiere convencer a una mujer para que dé luz verde a un proyecto? Muéstrole una versión tridimensional.

Si quiere contratar a mujeres en puestos de trabajo relacionados con esta habilidad, como ingeniería o actuaría, tenga en cuenta que el porcentaje de mujeres en estas profesiones es del 10%, por eso debería prever sólo esta cifra. Si intenta llevar a cabo una estrategia empresarial para aglutinar a todas las mujeres basándose en el hecho de que conforman el 50% de la población, verá que se trata de un esfuerzo en vano.

Resumen

En la actualidad, Ray y Ruth se llevan bien incluso cuando viajan juntos. El decide por qué dirección irá y se encarga de todo lo relacionado con la orientación. Ella, mientras tanto, habla y señala puntos de referencia o monumentos y él la escucha sin interrumpirla. Ruth ya no critica su forma de conducir porque ahora sabe que la habilidad espacial de Ray le permite hacer maniobras que ella puede considerar arriesgadas pero que, para él, son seguras.

Ray se compró un equipo fotográfico de tecnología punta valorado en casi medio millón de pesetas que incluye opciones relacionadas con la habilidad espacial y ahora Ruth se muestra comprensiva, ya que entiende porqué le gusta tanto.

Cuando le toca a ella sacar una foto, él le prepara la cámara según las opciones adecuadas y le enseña a sacar una buena foto en vez de reírse de ella porque no sabe ni encenderla.

Ray y Ruth, una historia de amor moderna.

Cuando los hombres dejen de pedir a las mujeres que les indiquen por dónde ir, todo el mundo será más feliz. Cuando las mujeres dejen de criticar la forma de conducir de los hombres, habrán muchas menos discusiones. Cada uno sobresale en una habilidad diferente, por eso si usted no es especialmente notable en una tarea, no se preocupe. Puede mejorar con la práctica pero, de todas formas, no haga una montaña de un grano de arena.

Pensamientos, actitudes, sentimientos y otras áreas desastrosas en la pareja



Colin y Jill se dirigían a una fiesta en una zona que les era bastante desconocida. Según las explicaciones, no tardarían más de 20 minutos en llegar, pero ya llevaban 50, y no había ni rastro de su lugar de destino. Colin estaba empezando a desmoralizarse y Jill empezó a perder la esperanza de encontrar el lugar cuando pasaron por tercera vez por la misma gasolinera.

Jill: Cariño, creo que teníamos que haber girado al llegar a la gasolinera. Anda, vamos a parar y pedir indicaciones a alguien.

Colin: Pero si no hay ningún problema. Sé que tiene que estar por aquí cerca.

Jill: Sí, pero la fiesta empezó hace ya media hora. Será mejor que paremos y preguntemos a alguien.

Colin: Escucha ¡Sé perfectamente a dónde voy! ¿Quieres dejarme conducir o prefieres hacerlo tú?

Jill: No. ¡No quiero conducir, pero tampoco quiero dar vueltas y vueltas toda la noche!

Colin: Vale. Entonces, ¿por qué no doy mejor media vuelta y volvemos a casa?

Muchos hombres y mujeres habrán reconocido esta conversación. Las mujeres son incapaces de entender cómo su maravilloso compañero, al que quieren tanto, se puede convertir de repente en el doctor Jekyll simplemente porque se ha perdido. Si ella se hubiese perdido, lo primero que hubiese hecho es preguntar a alguien por dónde ir, ¿dónde está el problema? ¿Por qué no puede admitir que no sabe dónde está?

¿Por qué Moisés se pasó cuarenta años vagando por el desierto?
Se negaba a preguntar cómo salir de él.

A las mujeres les da igual admitir sus fallos porque para ellas, es una forma de establecer vínculos y crear relaciones de confianza. Sin embargo, el último hombre que admitió que se había equivocado fue el General Custer, al mando del Séptimo de Caballería.

Nuestras diferencias de percepción

Los hombres y las mujeres están en el mismo mundo, pero lo perciben a través de un prisma diferente. Un hombre puede ver objetos y calcular la relación entre ellos de forma espacial, como si se tratase de las piezas de un puzzle. Por su lado, la mujer literalmente ve las cosas en un panorama más amplio y puede fijarse en los pequeños detalles, pero cada pieza del puzzle en particular y su relación con el resto de las piezas le parecerá más importante que su posición espacial.

Los hombres se centran en conseguir resultados, objetivos, estatus y poder, ganar la competición y ser los más eficientes. Por el contrario, las mujeres se centran en la comunicación, la colaboración, la armonía, el amor, compartir y las relaciones personales. Este contraste es tan obvio que parece sorprendente que los hombres y las mujeres quieran vivir juntos.

A los niños les gustan las cosas, a las niñas la gente

Los cerebros de las niñas están estructurados para reaccionar ante la gente, pero los de los niños parecen programados para reaccionar a los objetos y a sus formas. Los estudios de bebés que cuentan tan sólo con horas de vida hasta algunos que tienen varios meses de edad demuestran que a los niños les gustan las cosas, mientras que a las niñas les atraen más las personas. Estas diferencias entre los sexos, científicamente comprobadas, demuestran que ambos perciben el mundo de forma distinta dependiendo de su estructura cerebral. Las niñas, que cuentan tan sólo con semanas de edad, muestran gran interés por las caras y mantienen el contacto ocular durante el doble o el triple de tiempo que los niños, mientras

que a éstos les gusta más mirar el movimiento de algún objeto móvil que contenga formas y figuras irregulares.

A las doce semanas de edad, las niñas pueden distinguir los miembros de su familia de los extraños, una diferencia que los niños son incapaces de realizar, pero ellos poseen más destreza para saber dónde se encuentran sus juguetes. Estas distinciones entre los sexos ocurren mucho antes de que los condicionantes sociales puedan tener relevancia en su conducta. Se realizó un experimento con niños de preescolar a los que se les daban unos binoculares con los que podían ver objetos por un ojo y caras de personas por el otro. Los resultados revelaron que las niñas recordaban las caras de la gente y los sentimientos que expresaban facialmente, a diferencia de los niños que recordaban más detalles sobre las cosas y sus formas. En el colegio, las niñas se suelen sentar en círculos, hablando juntas y observando el lenguaje corporal de cada una. Parece imposible descubrir quién de ellas lleva la voz cantante.

Las niñas buscan crear lazos de unión y comunicación. Los niños buscan el poder y una posición respetable.

Si una niña realiza una construcción, suele ser bastante larga y baja, destacando la gente imaginaria que se encuentra dentro del edificio. Por el contrario, a los chicos les entusiasma competir y ver quién construye la estructura más grande y más alta. Los niños corren, saltan, brincan y juegan a parecer aviones o tanques, mientras que las niñas hablan sobre los niños que les gustan o lo estúpido que parece alguno de ellos. En preescolar, una alumna nueva es recibida por las demás niñas y todas se saben los nombres de todas. Cuando un niño nuevo llega al colegio, el resto de los niños le trata de forma distinta y sólo permite que forme parte del grupo si la jerarquía considera que puede resultarles útil. Al final del día, la mayoría de los niños no conocen el nombre del nuevo alumno, pero sabrán si sabe jugar bien o no. Las niñas dan la bienvenida y aceptan a las demás, mostrándose incluso más compasivas con alguien que padece alguna anomalía o minusvalía, mientras que esta misma persona podría convertirse fácilmente en la nueva víctima y objeto de risas de los niños.

A pesar de que los padres intentan educar a los niños y niñas de la misma forma con la mejor de las intenciones, las diferencias en su estructura cerebral son las que imponen una decisión en sus preferencias y conducta. Si le da un osito de peluche o un juguete a una niña de cuatro años, pronto lo convertirá en su amigo íntimo. Si se lo da a un niño, lo desmembrará en dos segundos para ver cómo funciona, dejará sus partes desparramadas y buscará un nuevo objeto para entretenerse.



«Sí, Isabel... ya sé que tienes razón... sé que padece desórdenes mentales y que es un sádico asesino con un hacha en la mano... ¡¡pero quizás se trate de un enfermo mental sádico asesino del hacha que necesita ayuda!!»

A los niños les gustan las cosas e investigar sobre su funcionamiento, a diferencia de las niñas que prefieren tratar con personas y vínculos afectivos. Cuando los adultos recuerdan bodas, las mujeres hablan sobre la emotiva ceremonia y sobre los invitados. Los hombres hablan de su despedida de solteros.

Los niños compiten. Las niñas colaboran

Las niñas que forman parte de un grupo son colaboradoras y visualmente resulta imposible determinar si hay una mandamás. Las niñas charlan para crear y fortalecer las relaciones en el grupo y normalmente cada una tiene una mejor amiga con la que comparte secretos. Si una de las niñas intenta imponerse sobre las demás, el resto dirá «pero, ¿quién se cree que es?, nadie es más que nadie». Los grupos de niños tienen un funcionamiento diferente, puesto que existe una jerarquía con unos líderes que suelen ser fácilmente identificados por su forma de hablar con una entonación superior al resto o por su lenguaje corporal. El resto de niños del grupo intenta subir escalones en la jerarquía y conseguir llegar a la élite. En el grupo masculino lo importante es el poder y el estatus de cada miembro, que puede conseguirse gracias a las habilidades, el conocimiento, el ser un tipo duro o pelear bien. Las chicas son felices creando vínculos afectivos con profesores y amigas, mientras que los niños suelen cuestionar la autoridad del profesorado y se decantan por la exploración espacial de los objetos, preferentemente a solas.

¿De qué hablamos?

Escuche a cualquier grupo de mujeres, hombres, niñas o niños de cualquier origen o cultura y

observará como los circuitos cerebrales de cada sexo hace que hablen sobre el mismo tema desde puntos de vista diferentes.

A las niñas les gusta hablar de a quién le gusta quién, quién está enfadado con quién, les encanta jugar en grupos reducidos y contarse secretos sobre otras para crear vínculos de unión. Cuando llegan a la adolescencia, las niñas hablan sobre los chicos, sobre su peso, sobre ropa y amigas. En la edad adulta, las mujeres siguen hablando de su dieta alimenticia, de sus relaciones personales, de su matrimonio, los hijos, los amantes, personalidades, ropa, acciones de otras personas, relaciones en el trabajo y cualquier cosa que tenga que ver con gente y asuntos personales. A los niños les gusta hablar sobre cosas y actividades como quién hizo qué, a quién se le da muy bien hacer algo o cómo se monta algún aparato. En la adolescencia, hablan sobre deportes, mecánica y el funcionamiento de las cosas. En la edad adulta, los hombres hablan de deportes, de su trabajo, de las noticias, de lo que hicieron o a dónde fueron, de tecnología, de coches y de aparatos mecánicos.

¿Qué quieren los hombres y las mujeres de hoy en día?

Un reciente estudio llevado a cabo en cinco países occidentales pedía a los hombres y a las mujeres que describiesen la clase de persona que les gustaría ser. En el caso de los hombres, escogieron los adjetivos que incluían valiente, competitivo, dominante, asertivo, admirado y práctico. Las mujeres se decantaron por adjetivos como amable, afectuosa, generosa, compasiva, atractiva y simpática. Las posiciones más importantes de la escala de valores femenina las ocupaban el estar al servicio de los demás y conocer a gente interesante. A diferencia de las mujeres, que valoraban más las relaciones personales, los hombres otorgaban más valor a las cosas. La estructura cerebral de cada sexo es la que dicta sus preferencias.

La emoción en el cerebro

La científica canadiense Sandra Witleson puso en marcha pruebas en hombres y mujeres para intentar localizar la posición de sus emociones en el cerebro. Empleando imágenes que contenían expresiones de emoción que primero mostraba al hemisferio cerebral derecho, vía el ojo y el oído izquierdo, y después al hemisferio izquierdo, vía el ojo y el oído derecho, concluyó que las emociones se suelen localizar, en el caso del hombre, en las áreas que se muestran en la *Ilustración 1* y, en el caso de las mujeres, en las zonas de la *Ilustración 2*. Resulta mucho más sencillo localizar cerebralmente la habilidad espacial o la función del habla que las emociones, pero estas ilustraciones, para las que se utilizaron escáners IRM indican de una forma general donde se sitúan las emociones.

En los hombres, las emociones se suelen localizar en el hemisferio derecho, lo que significa que son capaces de sentir emociones independientemente de la realización de otras funciones cerebrales.

Por ejemplo, en una discusión, un hombre puede argumentar su posición con lógica y palabras (hemisferio izquierdo) y después intentar ofrecer soluciones espaciales (con la parte frontal del hemisferio derecho) sin llegar a tener emociones porque se trata de una acalorada discusión. Es como si para ellos, las emociones estuviesen en un cuartillo y, puesto que su cuerpo caloso es de tamaño reducido, no es frecuente que las emociones salgan a flote mientras está realizando otra actividad mental.



En las mujeres, las emociones operan en un área que abarca ambos hemisferios y puede activarse simultáneamente con otras funciones cerebrales. Una mujer puede experimentar muchos sentimientos mientras está discutiendo, mientras que un hombre sólo puede hacer una de las dos cosas. En general, las emociones de las mujeres pueden funcionar con otras funciones cerebrales por lo que, por ejemplo, pueden estar llorando mientras que cambian la rueda del coche, mientras que un hombre nunca haría ambas cosas a la vez porque, para él, cambiar una rueda es poner a prueba sus habilidades para resolver un problema y por eso no derramará ni una lágrima aunque se dé cuenta de que está en medio de una carretera desértica, a media noche, llueve a cántaros, la rueda está deshinchada y la que tenía de repuesto la sacó la semana pasada del maletero.

Un hombre herido emocionalmente prefiere dar coces; una mujer, prefiere «hablar sobre ello».

Rugen Gur, profesor de neuropsicología en la Universidad de Pennsylvania, fue pionero en un estudio de similares características y en su investigación concluyó que el cerebro masculino, al estar mucho más compartimentalizado que el femenino, trataba las emociones de una forma más básica y más cercana al nivel animal, por lo que normalmente actúa como un animal a la defensiva, mientras que la mujer prefiere «sentarse y hablar de los problemas». Cuando una mujer está experimentando emociones las refleja en su expresión facial, en el lenguaje corporal y en la forma de hablar. Un hombre que experimenta las mismas emociones, seguramente saldrá huyendo o se volverá agresivo.

Las mujeres valoran las relaciones personales. Los hombres el trabajo

La sociedad moderna supone un traspies en la evolución humana. Miles y miles de años viviendo según unos papeles tradicionales ha hecho que los hombres y las mujeres actuales se encuentren con una

estructura cerebral inadecuada para los tiempos que corren que causa la mayoría de los problemas y malentendidos en la pareja. Los hombres siempre se han valorado asimismo por su trabajo y logros, y las mujeres por la calidad de sus relaciones personales. El hombre, a lo largo de la historia, tenía la obligación —para asegurar la subsistencia— de cazar y resolver los problemas que surgían. La mujer era la defensora del hogar y su función principal era asegurarse la supervivencia de sus hijos. Todos los estudios que se han realizado sobre valores femeninos y masculinos en la década de los noventa continúan mostrando que el 70% y el 80% de los hombres afirman que lo más importante en sus vidas es el trabajo, a diferencia de las mujeres que consideran que la familia es lo primordial. Como consecuencia:

Si una mujer es infeliz en sus relaciones personales es incapaz de concentrarse en su trabajo.

Si un hombre está insatisfecho con su trabajo no puede concentrarse en sus relaciones personales.

En situaciones de estrés o de presión, una mujer contempla el hablar con su pareja como una recompensa, mientras que un hombre lo observa como una interferencia en su proceso para solucionar el problema. Ella necesita hablar y que la abracen. El quiere estar sentado sobre una roca y mirar pensativo al fuego. A una mujer le parece que el hombre es insensible y que no muestra el más mínimo interés en ella y a un hombre ella le parece pesada y pedante. Estas percepciones no son más que un reflejo de las divergencias en cuanto a organización y prioridades de sus cerebros. Por esto, las mujeres siempre dicen que creen que para ellas es más importante su relación personal que para ellos y están en lo cierto. Si se entienden estas diferencias, se evitarán muchas situaciones estresantes entre usted y su pareja, y evitarán juzgar críticamente la conducta del otro.

¿Por qué los hombres «hacen cosas»?

El cerebro masculino está organizado para evaluar y entender el funcionamiento de los objetos, su relación con el resto de objetos, la importancia espacial y cualquier problema que se pueda plantear. Su programa está configurado para obtener una respuesta a «¿cómo lo podría reparar?» en la vida. Los hombres utilizan este criterio de «arreglar» en casi todos los ámbitos. Una mujer nos comentó que le dijo a su marido que le gustaría que se mostrase más afectuoso con ella y que le demostrase su amor más a menudo. Como muestra de amor, el hombre decidió cortar el césped del jardín. Cuando ella le dijo que todavía no se mostraba satisfecha, él pintó toda la cocina y, al darse cuenta de que ella no estaba completamente feliz, le ofreció una invitación para ir a ver un partido de fútbol. Cuando una mujer está preocupada por algo, se lo explicará a sus amigos, pero un hombre preocupado montará un motor o arreglará la tapa de la cafetera que está desajustada.

Para demostrarle su amor por ella, el escaló la montaña más escarpada, buceó el océano más profundo y cruzó de cabo a rabo el desierto más ancho del mundo. Ella decidió abandonarle porque nunca estaba en casa.

Mientras que a las mujeres les gusta fantasear con un amor ideal y un romance idílico, los hombres sueñan con coches, ordenadores potentes, lanchas y motos. Les encantan las cosas que pueden utilizar y que tienen relación con la habilidad espacial y el poder «hacer algo» con ellas.

¿Por qué muchos hombres y mujeres acaban abandonándose?

La necesidad biológica del hombre es sostener a la mujer y su apreciación de sus esfuerzos confirma sus logros. Si ella está contenta, él se siente realizado, pero si ella es infeliz, se siente fracasado porque le parece que no le ha ofrecido todo lo necesario. Los hombres le dicen a sus amigos constantemente: «es que parece que nunca la hago feliz» y esto puede ser todo lo que el hombre necesita para dejar una relación y encontrar a otra mujer que parece más contenta con lo que él le ofrece.

La razón por la que las mujeres abandonan a los hombres no es porque quieren cosas materiales, sino porque quieren más afecto y comprensión.

Las mujeres quieren amor, romance y conversación. Él necesita que la mujer le diga que se siente feliz con lo que él le ofrece y que no necesita nada más. El hombre tiene que aprender a ser más romántico y a escuchar a la mujer, sin ofrecerle soluciones.

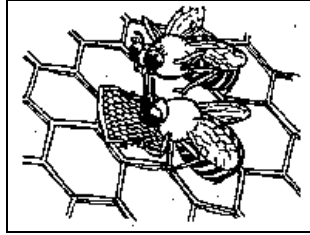
¿Por qué los hombres odian equivocarse?

Para poder entender porqué los hombres odian equivocarse, es necesario comprender de dónde viene esta actitud. Remóntese a esta situación: la familia se encuentra en la cueva, reunida alrededor del fuego. El hombre está sentado en la entrada de la cueva, vigilando, controlando el paisaje y comprobando que no hay señales de movimiento. La mujer y los niños no han comido durante días y él sabe que tiene que ir a cazar en cuanto mejore el tiempo y no volverá hasta que haya encontrado comida. Esa es su misión y su familia depende de él. Tienen hambre, pero confían en que él encontrará comida, como ha hecho siempre. El siente temores y un hormigueo en el estómago. ¿Será capaz de encontrar comida esta vez? ¿Se morirá de hambre su familia? ¿Le matará algún enemigo porque está débil al no haber comido? Ahí está. Sentado con cara inexpresiva y vigilando. No debe mostrar ningún signo de temor a su familia porque deben mantener la esperanza. Tiene que ser fuerte.

Al equivocarse un hombre se siente un fracasado porque no ha sabido hacer su trabajo como corresponde.

Un millón de años evitando ser un fracaso parece haber calado hondo en la estructura cerebral del hombre de hoy en día. La mayoría de las mujeres no saben que si un hombre va solo en el coche,

seguramente se parará a preguntar el camino, pero si ella está en el coche, él no sabe cómo llegar y se ve obligado a preguntar se sentirá un fracasado porque no supo cómo.



«Por quinta vez, Nathan, te lo suplico...
¡para y pregunta a alguien!»

Cuando una mujer dice, «vamos a preguntarle a alguien», el hombre entiende: «Eres un incompetente. No sabes ni por dónde ir». Si ella dice: «el grifo de la cocina gotea. Tendremos que llamar al fontanero», él oye: «Tú eres un chapuzas. Será mejor que llame a otro hombre para que lo arregle». Ésta también es la razón de que a los hombres les cueste tanto decir: «Lo siento» porque sería admitir que se han equivocado y esto es fracasar.

Para solucionar este problema, una mujer tiene que asegurarse que el hombre no se siente inferior cuando discute algo con él. El hombre podría interpretar incluso un regalo de un libro de autoayuda como un «tienes que mejorar. Todavía no estás a mi altura».

Los hombres odian que les critiquen, por eso les gusta casarse con vírgenes.

Un hombre tiene que entender que una mujer no pretende criticarle, sino que intenta ayudarlo y él no se lo tendría que tomar como algo personal. Una mujer quiere mejorar la conducta del hombre al que ama, pero él lo interpreta como no estar a la altura de las circunstancias. Un hombre se negará a admitir sus errores porque cree que entonces ella dejará de quererle, cuando la realidad es que una mujer quiere incluso más a un hombre cuando éste admite sus fallos.

¿Por qué los hombres esconden sus emociones?

Los hombres modernos todavía cargan con el legado genético que les obliga a ser valientes y a no mostrar la menor señal de debilidad. Las mujeres de todo el mundo se preguntan: «¿Por qué tiene que ser como una piedra?». «¿Por qué no muestra sus sentimientos?». «Cuando está enfadado o triste lo soluciona bebiendo y está muy distante o agresivo». «Es como sacarle las palabras con sacacorchos para que sus problemas salgan a flote».

Por naturaleza, un hombre es un ser supersticioso, competitivo, controlador, defensivo y solitario que esconde su estado emocional para controlar la situación. Para los hombres, expresar sus sentimientos significa saber controlar las circunstancias. Los condicionantes sociales refuerzan esta conducta en los hombres, puesto que les enseñan a «comportarse como hombres» y a «ser valientes» porque «los hombres no lloran».

En su papel de defensora del hogar, el cerebro de la mujer está estructurado para ser una persona abierta, colaboradora, vulnerable y emotiva que sabe que no es esencial estar en tensión o controlando la situación a cada instante. Por eso, cuando un hombre o una mujer tienen problemas comunes, se muestran confusos respecto a la reacción del cónyuge.

¿Por qué a los hombres les gusta salir con otros hombres?

Para nuestros cavernícolas, las presas que mataban eran mucho más fuertes y grandes que ellos, por lo que la organización en grupos con otros cazadores se hacía necesaria. Su estructura cerebral les permitió crear lo que sería el equivalente prehistórico de un equipo de fútbol, pero con el objetivo de cazar, y utilizaban señales corporales para desarrollar sus estrategias.

Estos grupos de cazadores estaban formados exclusivamente por hombres que tenían que realizar su función de buscar alimento, mientras que las mujeres, que normalmente estaban embarazadas, atendían el hogar, a los hijos y recolectaban frutas. Esa necesidad de formar grupos sobrevivió durante millones de años y por eso no es fácil borrarla de la estructura mental. Los hombres modernos se reúnen en bares y en clubs para intercambiar chistes y contarse historias sobre su trabajo antes de ir a casa, y una vez llegan al hogar, muchos se comportan como si todavía estuviesen en una cueva, sentados sobre una roca mirando al fuego.

¿Por qué los hombres odian los consejos?

Un hombre necesita sentirse capaz de resolver sus propios problemas y por ello discutir sus problemas con otros le parece imponer una carga innecesaria a terceras partes. Ni siquiera se molestará en contarle un problema a su mejor amigo, a no ser que esté completamente seguro de que éste le ofrecerá una solución apropiada.

No se le ocurra dar consejos a un hombre a menos que él le pregunte.
Dígale que confía en que él sabrá tomar la decisión adecuada.

Cuando una mujer intenta que un hombre comparta sus problemas o sus sentimientos, éste se suele mostrar reticente porque cree que se trata de una crítica o que ella piensa que él es absolutamente incompetente y que no sabe solucionar solo sus problemas. En realidad, la mujer sólo quiere ayudarlo y

hacer que se sienta mejor, porque en el mundo femenino, en vez de contemplarse como un signo de debilidad, dar consejos sirve para reforzar las relaciones entre las personas.

¿Por qué los hombres no hacen nada más que ofrecer soluciones?

Los hombres poseen una mente lógica y analítica. Cuando un hombre entra en una sala de conferencias o en un restaurante por primera vez, echa un vistazo a su alrededor y se da cuenta de todo lo que necesita ser reparado, los cuadros torcidos y la decoración. Su cerebro es como una máquina de resolución de problemas que nunca se toma un descanso. Incluso si estuviese en el hospital, ya en las últimas, estaría pensando en cómo mejorar la distribución de la planta y aprovechar la luz natural y el paisaje.

Para una mujer, la mejor forma de liberarse del estrés es hablar de sus problemas con los demás. Sin embargo, ella quiere que la escuchen, no que se lo solucionen.

Cuando una mujer le habla a un hombre sobre sus problemas, él no cesa de interrumpirla, ofreciéndole múltiples soluciones. Es inevitable porque su cerebro está programado para eso y está convencido de que ella se sentirá mucho mejor cuando tenga la solución. El objetivo de la mujer dista mucho de encontrar la solución, puesto que ella sólo quiere desahogarse hablando. Él se siente incompetente y un total fracasado y, además, cree que ella le culpará por sus problemas. Lo que el hombre tiene que tener claro es que las mujeres no quieren soluciones, sólo quieren hablar sobre sus problemas y encontrar a alguien que las escuche pacientemente.

¿Por qué hablan tanto las mujeres cuando están estresadas?

Cuando se encuentran en situaciones en las que están sometidas a estrés o presión, la función cerebral de la habilidad espacial y la lógica se activan automáticamente en el cerebro masculino. En el caso de la mujer, se activa la función del habla y por eso a veces empieza a hablar y parece que nunca va a acabar. Si está estresada, habla, habla y habla incesantemente a cualquiera que la quiera escuchar. Puede darle vueltas a un mismo problema con su amiga durante horas y horas, ofreciendo todo tiempo de detalles. Puede hablar de cualquier tipo de problemas, pasados, presentes o futuros e incluso problemas que ya no tienen solución. Cuando habla, no busca soluciones, sino la acción reconfortante y liberadora que se produce cuando se expresa. Su discurso carece de estructura y puede incluir diferentes temas sin tener que concluir ninguno.

Para una mujer, compartir los problemas con sus amigas es una señal de confianza y amistad.

Para un hombre, tener que escucharla sin ofrecer solución a sus problemas resulta realmente duro. Él, además de escucharla, quiere aportar alguna propuesta, hacer algo con el problema y, por eso, suele interrumpir con frases como: «¿por qué dices eso?», «¿cuál es tu propósito?», él no entiende que no haya ningún propósito ni ninguna razón. La lección más valiosa que puede aprender un hombre es saber escuchar y utilizar sonidos y gestos de asentimiento, en vez de ofrecer respuestas. Para un hombre, este concepto resulta ajeno porque sólo habla cuando tiene una propuesta.

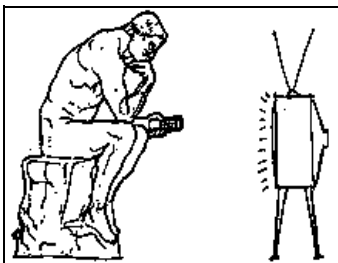
Cuando una mujer se muestra preocupada o triste. No le ofrezca soluciones o critique sus sentimientos. Sencillamente demuéstrole que la escucha.

Cuando una mujer rechaza las soluciones que le ofrece, el hombre intentará empequeñecer sus problemas diciéndole: «Bueno, tampoco tiene tanta importancia», «no exageres» o «anda, olvídalo», lo que irrita a la mujer que piensa que el hombre no se interesa por sus problemas y ni siquiera la escucha.

¿Por qué los hombres estresados no hablan?

Una mujer habla hasta por los codos, por lo que obviamente se la puede oír, pero un hombre normalmente se expresa mentalmente, dentro de su cabeza. No posee una zona localizada en el cerebro para el habla y de ahí su reacción. Por ello, cuando él tiene un problema lo soluciona él mismo mentalmente, mientras que la mujer lo propaga a los cuatro vientos.

De ahí que cuando están en situaciones estresantes o bajo presión, el hombre se colapse y deje de hablar, ya que está utilizando su hemisferio cerebral derecho para solucionar los problemas y no puede utilizar el hemisferio izquierdo ni para escuchar ni para comunicarse (hay que recordar que su cerebro no es capaz de hacer dos cosas a la vez). No puede solucionar problemas y escuchar o hablar a la vez. Su silencio se interpreta de forma negativa por las mujeres, por lo que éstas siempre le dicen a sus hijos, maridos o hermanos: «Venga, habla sobre ello. Te hará sentir mejor». Ella lo dice porque es lo que a ella le pasa cuando habla y se desahoga, pero los hombres prefieren estar solos reflexionando sobre la mejor respuesta. No quieren hablar con nadie y menos con alguien especializado porque sería reafirmar su debilidad.



Ahí está. Sentado sobre su roca

La famosa escultura de Rodin, *El pensador* simboliza un hombre que reflexiona sobre sus problemas. Está sentado sobre una roca pensando y, claro, tiene que estar solo. La palabra clave es *solo*. No permite que nadie vaya a la roca con él, ni siquiera sus mejores amigos. De hecho, sus amigos tampoco querrían ir con él. La mujer siente la necesidad de subir con él y reconfortarle, pero a cambio recibe una negativa y un empujón de su parte.

Los hombres suben a su roca para solucionar sus problemas.
Las mujeres que le siguen reciben un puntapié.

Si Rodin crease una escultura similar sobre una mujer, seguramente la llamaría *La parlanchina*. Las mujeres tienen que comprender que los hombres necesitan estar solos para solucionar sus problemas y dejar de interpretar su silencio como una señal de desamor. La mujer observa al hombre como si fuese otra mujer y, claro, si una de ellas dejase de hablar significaría que está enfadada o triste. Sin embargo, si deja que el hombre vaya a su roca, le da una taza de café y unas galletitas, sin insistir en que hable, la situación se calmará pronto. Cuando resuelva el problema, volverá a ella de nuevo, se sentirá feliz y le hablará.

Emplear las habilidades espaciales para resolver los problemas

Las diferentes formas de «sentarse en la roca» incluyen leer el periódico, jugar a squash, ir a pescar, jugar a tenis, a fútbol, reparar algo o ver la televisión. Un hombre sometido a presión invitará a otro hombre a jugar algún deporte y, mientras tanto, evitarán conversar, pero si se trata de un deporte en el que tiene que utilizar la habilidad espacial estará utilizando la parte frontal de su hemisferio derecho que, al mismo tiempo, le ayudará a encontrar soluciones a su problema. Parece ser que al estimular su zona cerebral relacionada con la habilidad espacial acelera el mecanismo de resolución de problemas.

¿Por qué juegetean tanto los hombres con el mando a distancia?

Un hombre que no hace más que cambiar de canal del televisor con el mando a distancia pone de los nervios a cualquier mujer. Él se sienta en el sofá como un zombi apretando los botones y cambiando de canal sin estar más de un minuto en el mismo. Cuando un hombre hace esto es que mentalmente está sentado en su roca y ni siquiera se percata de la programación de cada canal. Al cambiar de canal puede olvidarse de sus problemas e intentar buscar soluciones a las dificultades de los demás. A las mujeres no les gusta tanto cambiar de canal. Normalmente se limitan a ver un programa, a descifrar la trama y las relaciones entre los personajes. La adicción al periódico es una excusa similar para los hombres. Las mujeres tienen que comprender que cuando los hombres están realizando estas actividades son incapaces de escuchar o recordar la mayoría de las cosas, por lo que resulta muy inapropiado elegir esos momentos para conversar. Lo que debería hacer, es decirle a él a qué hora le gustaría mantener una conversación. Tiene que recordar que sus antepasados se pasaron un millón de años sentados en una roca totalmente inexpresivos mientras divisaban el horizonte y, claro, el hombre actual sigue sintiéndose cómodo rememorando estas actividades.

¿Cómo puede conseguir que los chicos hablen?

Las madres de todo el mundo se lamentan de que sus hijos no les hablen. Sus hijas vuelven a casa después del colegio y les relatan todo lo que ha pasado durante el día, pero los chicos están programados para «hacer cosas» y ahí está la clave para conseguir que hablen. Una madre que desea tener más comunicación con su hijo debería intentar realizar alguna actividad juntos, como pintura, gimnasia, juegos de ordenador, etc. e intentar hablarle durante el transcurso de la misma.

A los niños no les gusta el contacto visual, pero a las madres les encanta.

Mientras están realizando la tarea, los niños evitan el contacto ocular, aunque a veces tienen que dejar la actividad por un momento para pensar y contestar una pregunta. Les resulta difícil hacer dos cosas a la vez, pero el objetivo principal de la actividad que elija será incitarle a conversar. Se puede emplear la misma estrategia con un hombre, pero evite hablarle en momentos importantes como cuando está intentando enroscar una bombilla.

Cuando los dos están sometidos a situaciones de estrés

Los hombres que se sienten tensos beben alcohol y deciden invadir otros países, mientras que las mujeres comen chocolate e invaden los centros comerciales. En situaciones de presión, las mujeres hablan sin pensar y los hombres actúan sin pensar. Por eso el 90% de los presos son hombres y el 90% de la gente que acude a psicólogos son mujeres. Cuando ambos están sometidos a gran presión, puede ser como un campo de minas del que ambos tratan de salir ilesos. Los hombres dejan de hablar y las mujeres se empiezan a preocupar. Ellas empiezan a hablar, diciéndoles que tienen que hablar del problema y ellos

no lo pueden soportar. Ellos les dicen que les dejen solos y se marchan a otra habitación.

Los hombres tienen que entender que cuando una mujer está estresada necesita hablar y el sólo tiene que escucharla, en vez de ofrecerle soluciones.

Al sentirse también presionada, la mujer quiere hablar sobre sus propios problemas, lo que frustra al hombre todavía más. Cuando se recluye en su roca, ella se siente rechazada e inmediatamente llama a su madre, a su hermana o a sus amigas.

La exclusión total

Esta es una de las diferencias menos comprendidas entre el hombre y la mujer. Al estar sometido a situaciones de estrés, el hombre se encerrará en sí mismo e intentará encontrar por sí solo una solución al problema. Desconecta completamente la parte cerebral relacionada con los sentimientos y se concentra en la resolución del problema, dejando también de hablar. Cuando utiliza este tipo de exclusión total, puede hacer que una mujer se desespere, ya que ella sólo reaccionaría así si le hubiesen hecho daño, mentido o abusado de ella. La mujer asume que el hombre reacciona igual que ella y, por eso, asume que ella le ha hecho algo que le ha herido o simplemente él ya no la quiere. Ella intenta conseguir a toda costa que él le explique qué le pasa, pero él se niega y cree que ella piensa que no sabe resolver los problemas por sí mismo. Cuando ocurre lo contrario y una mujer se cierra en sí misma es porque está herida, pero un hombre lo interpreta como que necesita su propio espacio y él, mientras tanto, se va al bar con sus amigos o limpia el carburador del coche. Cuando un hombre se encierre en sí mismo, déjele solo y ya verá como todo sale bien. Cuando una mujer se niegue a hablar es una señal de que algo malo se está gestando y es el momento adecuado para mantener una larga conversación.

Los hombres ignoran a las mujeres

Si un hombre sospecha que una mujer está estresada o que tiene un problema, actúa como lo haría si se tratase de otro hombre. Se aleja y le deja espacio para que resuelva sus propios problemas. El le dice: «¿va todo bien, cariño?», y ella le contesta: «Sí. Bien...» que es una forma indirecta de decir: «Si me quisieses me preguntarías qué me pasa y te interesarías más». Pero él dice: «eso está bien» y se va a trabajar en el ordenador. Ella se queda pensando: «tiene un corazón de piedra» y llama a sus amigas para hablar de cómo se siente y de lo insensible que ha sido su marido.

En los viejos tiempos, los hombres no tenían que enfrentarse a esta clase de problemas. Para demostrarle a su mujer y a su familia que les quería bastaba con ir a trabajar y traer el sustento. Así es como ha funcionado durante miles de años y por eso los hombres están tan confundidos en la actualidad. Hoy en día, en la mayoría de países, las mujeres suponen el 50 por ciento de la población activa y eso significa que la función primordial del hombre muchas veces ya no consiste en traer el sustento a casa. Las mujeres modernas quieren a hombres que se comuniquen, una habilidad que no es muy innata en este sexo. Las buenas noticias: la comunicación también se puede aprender.

Los hombres no saben cómo actuar cuando las mujeres muestran sus sentimientos

Cuando una mujer está preocupada o triste es fácil que rompa a llorar, que agite los brazos nerviosa y que hable utilizando adjetivos que hagan referencia a sentimientos para describir cómo se siente. Quiere que la escuchen, que se preocupen, que la abracen y la acaricien, pero el hombre interpreta esta conducta según sus propias prioridades por lo que sólo oye: «Por favor, ¡ayúdame! ¡Solúcioname este problema!»

De este modo, en vez de escucharla y reconfortarla, le da consejos, le hace preguntas o le dice que no hay motivo para sentirse así. «¡Deja de llorar! —le dice él con expresión asustadiza— ¡Venga, estás exagerando las cosas! La situación no está tan mal». Así, en vez de actuar como una madre que es lo que ella quiere, se comporta como un padre. El hombre sigue el ejemplo de su padre y de su abuelo y, de hecho, de todos los hombres desde el pasado más remoto. Para una mujer, expresar sus sentimientos es una forma de comunicarse, de desahogarse y olvidar sus problemas, pero el hombre se siente obligado a encontrarle una solución y, de no hacerlo, se sentirá fracasado. Por eso, cuando una mujer expresa sus sentimientos, el hombre se enfada o se preocupa y le pide que deje de hablar. Los hombres también se suelen asustar cuando las mujeres empiezan a llorar y parece que no van a parar nunca.

El juego de las lágrimas

Las mujeres lloran más que los hombres porque la evolución de estos últimos ha provocado que casi no lloren, sobre todo si están en público. Además, los condicionantes sociales no han hecho más que fomentar esta conducta. Por ejemplo, cuando un niño juega a fútbol y de repente le hacen daño en algún lugar, provocando que se doblegue en el suelo, enseguida el entrenador se encarga de gritarle: «¡Levántate! ¡Nunca dejes que los contrarios vean que te han hecho daño! ¡Hay que ser hombre!»

Sin embargo, el chico moderno sensible debe ser capaz de llorar en cualquier sitio y en cualquier momento. Los psicólogos, los artículos en las revistas, las madres y las imágenes en las que los hombres se abrazan cuando salen a pasar un día en el campo le inculcan esta nueva actitud. Se acusa al hombre moderno de ser frío o de tener una conducta poco apropiada a los nuevos tiempos si no «dejan que fluyan sus sentimientos» a la menor oportunidad. El cerebro femenino puede conectar los sentimientos a otras funciones cerebrales y por ello puede llorar o expresar sus sentimientos en prácticamente cualquier situación.

Los verdaderos hombres sí lloran, pero sólo cuando se activa el segmento emotivo de su hemisferio cerebral derecho.

Los verdaderos hombres sí que lloran, pero sólo cuando activan el segmento emotivo que está

localizado en el hemisferio cerebral derecho y normalmente no dejan que eso ocurra en público. Por eso, debe empezar a sospechar de un hombre que llora en público a menudo. Las mujeres tienen una habilidad sensorial superior a los hombres, reciben información minuciosamente detallada y son mucho más capaces de expresar, tanto emocional como verbalmente, lo que sienten. Una mujer puede llorar ante un insulto porque eso desencadena su zona emotiva y sentimental, mientras que el hombre normalmente no se da ni cuenta de que le han insultado. Literalmente le da igual.

Ir a comer fuera de casa

Las mujeres contemplan el acto de comer fuera de casa como una forma de enriquecer una relación, discutir problemas o ayudar y dar apoyo a un amigo. Los hombres lo ven como una alternativa lógica a cocinar, ya que no hay que ir a comprar, ni es necesario tener que limpiar y fregar después. Cuando están en el restaurante, las mujeres llaman al resto de los comensales por su nombre porque así fomentan las relaciones, pero los hombres intentarán no crear demasiada intimidad con los otros hombres. Si Barbara, Robyn, Lisa y Fiona van a comer juntas, se llamarán, así, por sus nombres, pero si Ray, Allan, Mike y Bill van a tomar una copa juntos se llamarán entre sí con sobrenombres o mote. Estos apodosos evitan cualquier tipo de intimidad.

Cuando llegue la cuenta, las mujeres sacarán las calculadoras y estimarán cuánto tiene que pagar cada una. Los hombres tiran un billete de 5.000 ptas. sobre la mesa para hacerse notar, al mismo tiempo que aparentan no controlar el cambio.

Ir de compras: es la gloria de las mujeres y el infierno de los hombres

Para las mujeres, ir de compras es como hablar: no tiene porqué haber una razón especial o un objetivo, pueden hacerlo sin ningún rumbo y tardar horas y horas. A las mujeres ir de compras y escaparates les parece un ejercicio rejuvenecedor y relajante, comprenden o no comprenden. Este tipo de compras provoca una hemorragia cerebral en el hombre en menos de 20 minutos. Para que un hombre se sienta motivado y con energías para realizar esta tarea, tiene que haber un objetivo definido y un horario. Hay que recordar que, al fin y al cabo, él no es más que un cazador. Quiere salir al campo, tener un plan de acción claro, matar al blanco y volver a casa.

La mayoría de los hombres padecen hemorragias cerebrales después de ir a ver escaparates de ropa durante más de veinte minutos.

Los hombres se ponen muy nerviosos cuando entran en las tiendas de ropa y la mujer empieza a probarse prenda tras prenda y no compra nada. A las mujeres les vuelve locas probarse innumerables conjuntos de ropa porque es compatible con su estructura cerebral y así obtienen diferentes sensaciones y emociones con cada prenda que se prueban, según su fase emotiva. La ropa del hombre refleja también su estructura cerebral: predecible, conservador y orientada hacia un objetivo. Por eso resulta realmente sencillo señalar a un hombre que deja que su mujer le elija la ropa. El hombre que viste con estilo se debe a que su mujer le elige la ropa o a que es gay. Uno de cada ocho hombres es daltónico y no puede distinguir el color azul, verde o rojo y poseen muy poca maña para combinar estampados y diseños. También por eso es fácil reconocer a un soltero.

Para intentar que un hombre quiera ir de compras debe ofrecerle unos criterios bien definidos como los colores, las tallas, las marcas, el estilo, etc. y seguro que asiente a ir con usted y durante el tiempo que quiera. Cuando existen objetivos claros (también vale inventárselos), se sorprenderá del entusiasmo que su marido puede llegar a mostrar por ir de compras.

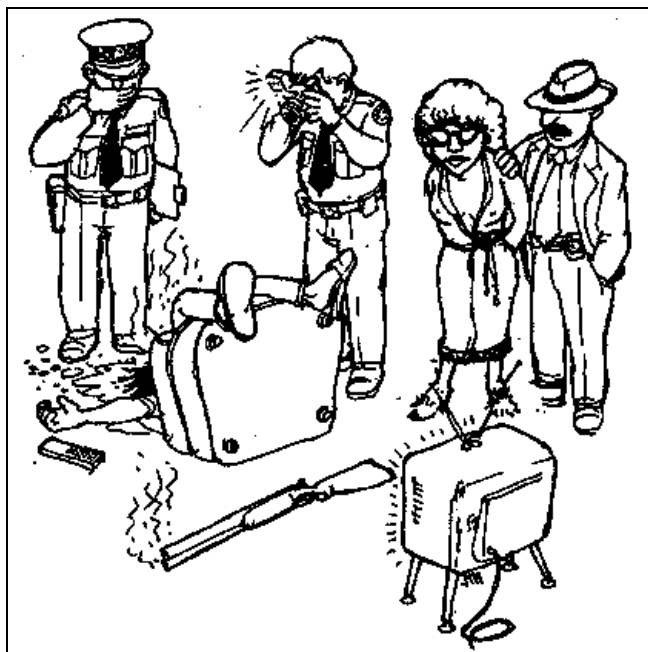
Cómo halagar a una mujer

Cuando una mujer se prueba un vestido nuevo y le pregunta a un hombre: «¿Qué te parece? ¿Cómo me queda?», probablemente reciba una simple respuesta como «bien» o «no está mal», palabras que no se pueden considerar un halago. Para que ella esté contenta, un hombre tiene que darle una respuesta como si fuese una mujer: *resaltando detalles*.

Algunos hombres salen corriendo ante la mera idea de responderle con detalles, pero si usted está dispuesto a intentarlo, verá la respuesta que tiene en las mujeres.

Por ejemplo, con sólo decir «Guau. Muy buena elección. A ver... date la vuelta... deja que te vea por detrás... sí, ¡este color te queda de maravilla!... además el corte resalta tu buen tipo... y esos pendientes combinan de miedo... estás guapísima» la mayoría de las mujeres caerán a sus pies.

Nuestro cóctel químico



«A VER QUE ME ACLARE SRA. GOODWIN. USTED DICE QUE PADECÍA DE SÍNDROME PREMENSTRUAL, QUE ADVIRTIÓ A SU MARIDO DE QUE COMO NO DEJASE DE CAMBIAR CANALES CON EL MANDO A DISTANCIA LE VOLARÍA LA TAPA DE LOS SESOS Y... ¿CÓMO REACCIONÓ ÉL?»

Peter le pregunta a Paula si quiere ir a cenar con él. Ella accede y pasan un buen rato. En realidad, se lo pasan tan bien que deciden salir en serio. Un año después, cuando vuelven a casa después de ver una película en el cine, Paula le pregunta a Peter lo que le gustaría hacer para celebrar su primer aniversario. Peter dice: «Pues podríamos pedir una pizza y ver el partido de fútbol que dan por la tele». Paula se queda muda. Peter sospecha que hay algo que va mal y le dice: «Bueno, si no quieres que pidamos pizza podemos pedir que nos traigan comida china». Paula responde «Está bien», pero sigue callada.

Peter piensa: «Ya ha pasado un año. Qué pronto pasa el tiempo. Eso significa que debió ser en enero cuando empezamos a salir y fue por entonces cuando me compré el coche, con lo que pronto cumplirá la garantía y aquel mecánico me dijo que arreglaría aquella luz indicativa del aceite en el salpicadero... y la caja de marchas tampoco funciona nada bien».

Mientras tanto Paula piensa: «Pues si lo que quiere es pedir pizza y ver la tele para celebrar nuestro aniversario es que, en realidad, no le importo demasiado... la próxima noticia será que sus amigos también van a venir. A mí me gustaría una cena romántica con velas, música lenta y hablar de nuestro futuro. Está claro que nuestra relación no le importa tanto como a mí. Quizás se haya visto un poco aprisionado. Yo quiero que se comprometa más, pero parece que le da miedo, claro que ahora que lo pienso mejor, a mí también me gustaría tener más espacio para salir con mis amigas. Creo que necesito algo de tiempo para pensar en nuestra relación... quiero decir, ¿Tenemos algún futuro? ¿Vamos a seguir así, viéndonos ocasionalmente o nos vamos a casar? ¿Vamos a tener hijos o no? ¿Estoy preparada para un compromiso tan importante? ¿Realmente quiero pasar el resto de mi vida con él?»

Peter, mientras tanto, se da cuenta de que la luz del aceite vuelve a fallar, frunce el ceño y piensa: «Esos imbéciles del taller me dijeron que la arreglarían y ahora la garantía del coche se acabará y no me la han arreglado».

Paula le mira y empieza a pensar: «Está frunciendo el ceño... eso es que no es feliz... seguro que piensa que estoy gorda y que visto fatal. Ya sé que tendría que ponerme menos maquillaje y hacer más ejercicio. Siempre está diciendo lo deportiva que es Carrie y cuánto me convendría ir al gimnasio con ella. He hablado de esto con mis amigas y todas creen que tendría que quererme tal y como soy, en vez de intentar cambiarme... quizás tengan razón».

Sin embargo los pensamientos de Peter están a años luz: «¡Creo que les voy a decir cuatro cosas a esos mecánicos! A ese atajo de chapuzas...»

Paula mira a Peter de reojo y piensa: «Parece preocupado... sí, reconozco esa expresión en su cara y puedo notar su tensión. Pero, puede que me esté equivocando... igual lo que él quiere es que nos comprometamos más y ha notado que yo no estoy demasiado segura... ¡Sí. Seguro que es eso! Por eso no me habla... por eso no quiere abrirse y contarme sus sentimientos porque tiene miedo de que le rechace. Sí, puedo notar que está un poco herido.»

Peter, mientras tanto, está pensando: «Espero que lo arreglen bien esta vez. Ya les dije que tenía

problemas con este coche y no hicieron más que culpar al fabricante. Como me vuelvan a decir que el problema no está cubierto por la garantía... tendremos que llegar a las manos... este coche me ha costado un ojo de la cara y sólo quiero que...»

—¿Peter? —dice Paula.

—¿Qué? —responde Peter, un poco molesto de que le hayan interrumpido en su pensamiento.

—Por favor, no te tortures así... vale, quizás me esté equivocando... ahora me siento tan mal... pero necesito tiempo... ya, sabes, no es fácil tomar decisiones.

—¡Eso está claro! —gruñe Peter.

—Seguramente piensas que estoy actuando de forma inmadura, ¿no?

—No —responde Peter, muy confundido.

—Es que... es que no tengo las cosas claras... estoy confundida... necesito pensar sobre ello —dice ella.

Peter piensa: «Pero, ¿de qué está hablando? Bueno, le diré a todo que sí, y seguro que mañana ya se le ha pasado. Seguro que debe estar en esa fecha del mes en la que se pone tan tonta».

«Gracias, Peter... no sabes lo que esto significa para mí», responde Paula. Le mira a los ojos y se da cuenta de que es alguien muy especial y de que necesita reflexionar mucho sobre su relación.

Por la noche, Paula no hace más que pensar y dar vueltas en la cama y por la mañana llama a su amiga Carrie para hablar sobre ello. Deciden quedar para comer y hablar sobre Peter y los problemas que tienen. Mientras tanto, aquella noche, al volver a casa, Peter abrió una cerveza y puso el televisor. Él piensa que Paula estaba muy rara, pero seguramente no era nada más que el síndrome premenstrual.

Paula y Carrie se encuentran y hablan largo y tendido sobre el tema. Unos días después, Peter se encuentra al novio de Carrie, Mark, que le dice: «Así que tú y Paula tenéis problemillas, ¿no?» Peter se queda pasmado y no sabe qué decir: «Pues no sé de qué estás hablando —dice Peter sonriendo— ...pero a ver si me echas un vistazo en el indicador del aceite, anda...».

La influencia de las hormonas

En el pasado, se creía que las hormonas sólo afectaban al cuerpo y no al cerebro. Hoy en día se sabe que son las responsables de la estructura cerebral incluso antes del nacimiento, dictando nuestro pensamiento y conducta. La testosterona en los chicos adolescentes es de 15 a 20 veces más alta que en las chicas y el cerebro es el responsable de controlar estos altos niveles tal y como el cuerpo requiere.

En la pubertad, la testosterona se dispara en el cuerpo del adolescente, haciendo que el crecimiento sea más pronunciado y dotándole con un 15 por ciento más de grasa y un 45 por ciento de proteínas. Cuando se convierte en adolescente, su cuerpo adopta los cambios necesarios para su trabajo de máquina cazadora. Los chicos suelen sobresalir en deportes porque sus cuerpos están hormonalmente dotados para respirar eficientemente y poseen una excelente distribución de oxígeno a través de los leucocitos de la sangre que le permiten correr, saltar y realizar cualquier ejercicio físico. Los esteroides son hormonas masculinas que crean masa muscular y proporcionan al atleta con habilidades de «caza» adicionales y una ventaja notable sobre quienes no toman esta hormona.

Las hormonas femeninas tienen un efecto diferente en las adolescentes. No están reguladas como las hormonas masculinas sino que aparecen en ciclos de 28 días y pueden causar grandes estragos en el carácter de muchas chicas y mujeres debido a las sensaciones que experimentan. Las hormonas femeninas cambian el cuerpo de una chica al aportarle un 26 por ciento de grasa y un 20 por ciento de proteínas, para frustración de todas las mujeres. El objetivo de la grasa adicional es aportar energía extra para amamantar a los hijos y también es una reserva para tiempos de escasa alimentación. Las hormonas femeninas engordan el cuerpo y, por eso, las mujeres tienden a ser más voluminosas, mientras que las hormonas masculinas reducen la grasa y crean músculo.

La química que enamora

Acaba de conocer a esa persona especial. Su corazón late a mil por hora, le sudan las manos, tiene retortijones en el estómago y le tiembla todo el cuerpo. Cuando quedan para ir a cenar fuera usted está en Babia y si, al final de la cita, su pareja le besa usted se derrite. Durante días, come poquísimo, pero se encuentra como flotando por las nubes y se da cuenta de que ya se le ha quitado el resfriado.

Las evidencias neuronales demuestran que «enamorarse» no es más que una serie de reacciones químicas que tienen lugar en el cerebro y que provocan modificaciones mentales y físicas. Se estima que existen alrededor de 100 mil millones de neuronas que constituyen el entramado cerebral. Candice Pert, del Instituto Nacional Norteamericano de Salud fue pionero en una investigación que descubrió los neuropéptidos, una cadena de aminoácidos que fluyen por todo el cuerpo y que se adhieren a receptores. Hasta la actualidad, se han reconocido 60 tipos diferentes de neuropéptidos y se sabe que desatan reacciones emocionales en el cuerpo cuando se adhieren a receptores. En otras palabras, todas nuestras emociones y sentimientos: amor, pena, felicidad, etc. son bioquímicas. Cuando el científico inglés Francis Crick y sus colaboradores ganaron el Premio Nobel de Medicina por descifrar el código ADN que define los genes dejó perplejo al mundo médico al pronunciar: «Ustedes, sus alegrías, sus tristezas, sus recuerdos, sus ambiciones, su sentido de identidad, de libertad y el amor no son más que la conducta de un vasto haz de células nerviosas».

El componente químico principal que se desprende para que sintamos la emoción física de estar enamorados es la fenilalanina, que está relacionada con las anfetaminas y se encuentra en alimentos como el chocolate. Es uno de los componentes químicos que provoca que el latido del corazón se acelere, que las manos suden, que las pupilas se dilaten y sienta un cosquilleo en el estómago. En esta reacción también se desprende adrenalina, que acelera el ritmo cardíaco, poniéndole alerta y haciendo que se sienta de maravilla. Junto con estos componentes se encuentra también la endorfina, que protege el

sistema inmunológico y puede curarle el resfriado. Cuando besa a alguien, los cerebros de ambos realizan un rápido análisis químico a partir de la saliva del otro y toma decisiones sobre la compatibilidad genética. El cerebro femenino también hace un análisis sobre el estado del sistema inmunológico del hombre.

Estas reacciones químicas positivas explican porqué las parejas que están enamoradas suelen contraer menos enfermedades. Estar enamorado suele repercutir beneficiosamente en la salud.

La química hormonal

El *estrógeno* es la hormona femenina responsable del sentimiento de satisfacción y felicidad en la mujer y tiene un papel protagonista en la conducta alimentadora y protectora del hogar de la mujer. Debido a sus efectos calmantes, esta hormona se suele inyectar a los hombres agresivos que se encuentran en prisión para controlar su conducta violenta. El estrógeno también ayuda a la memoria, lo que explicaría porqué tantas mujeres sufren problemas de memoria cuando alcanzan la menopausia, puesto que sus niveles de estrógeno disminuyen. Las mujeres que reciben tratamientos hormonales poseen mejor retención de memoria.

La *progesterona* es la hormona responsable del sentimiento materno y de amamantar y su objetivo es animar a la mujer a llevar a cabo su papel como madre. La progesterona se desprende cuando una mujer ve a un bebé y las investigaciones demuestran que son el tamaño y la forma del bebé los que provocan esta reacción. Un bebé tiene unos brazos y unas piernas pequeñas y rechonchas, un cuerpo rollizo, una cabeza más grande de lo normal y unos ojos grandes, tamaños que se conocen como «desencadenantes». La reacción de la mujer a estas formas es tan fuerte que esta hormona también se desprende cuando una mujer ve estas formas en algún objeto como por ejemplo un oso de peluche. Por eso este tipo de juguetes y peluches se venden tanto entre las mujeres, mientras que los flacos y larguiruchos no venden nada. Cualquier mujer o chica, cogerá un osito de peluche y exclamará «¡Ahh! ¡No me digas que no es bonito!» y la progesterona pasará a su sistema sanguíneo.

La mayoría de los hombres, al carecer de esta hormona, no entienden la reacción de la mujer ante un trozo de trapo embutido con algodones. Esto también explica porqué las mujeres que tienen un gran instinto materno se suelen casar con hombres rechonchos y con mofletes.



Observe estas tres ilustraciones. Al ver al bebé esta hormona se desprende en las mujeres, al igual que al ver al osito de peluche de la figura número 2. Sin embargo, el número 3 no provoca esta reacción en la mujer. Por eso los muñecos que más venden son los bebés regordetes o los animales de peluche.

¿Por qué las rubias son más fértiles?

El pelo rubio es una señal de altos niveles de estrógeno y de ahí la atracción que los hombres sienten por las rubias. Ser rubia es un indicativo de fertilidad y esa podría ser la explicación de la mítica frase «las rubias son tontas». Se suele decir que las rubias son tontas, son muy fértiles y tienen poca capacidad de razonamiento lógico. Las investigaciones han demostrado que las adolescentes que recibieron hormonas masculinas durante el embarazo suelen sacar mejores notas que el resto de las chicas y que es mucho más probable que aprueben los exámenes de acceso a la universidad. Sin embargo, la otra cara de la moneda es que estas chicas parecen poco femeninas y suelen tener más bello corporal.

Después de que una rubia tenga su primer hijo, su pelo se suele oscurecer porque los niveles de estrógeno bajan. Cuando tenga el segundo hijo, el pelo se oscurecerá incluso más. Debido a la reducción natural de los niveles de estrógeno, después de los 30 suele haber pocas rubias naturales.

Síndrome premenstrual y apetito sexual

El síndrome premenstrual es uno de los problemas más importantes de la mujer moderna, ya que sus antepasadas no lo padecían. Hasta hace poco, las mujeres solían estar embarazadas la mayor parte del tiempo, lo que significaba que una mujer normal sólo padecía problemas premenstruales de 10 a 20 veces en toda su vida, frente a las 12 veces al año que lo padece la mujer moderna. Si la mujer moderna tiene una media de 2,4 hijos, esto significa que la mujer moderna tiene que padecer síndrome premenstrual de unas 350 a 400 veces durante los 12 y 50 años y, si no tiene hijos, esta cantidad asciende a las 500 veces.

¿Por qué mandaron a tantas mujeres con síndrome premenstrual a la Guerra del Golfo?

Porque peleaban como animales y retenían agua durante cuatro días.

Hasta que se introdujo la píldora anticonceptiva en la década de los cincuenta, nadie se había fijado en que la mujer presentaba altibajos en su carácter. Durante los 21 días después de la menstruación, el estrógeno provoca una sensación de bienestar y aporta sentimientos positivos y felices a la mayoría de las mujeres. Su apetito sexual va aumentando gradualmente, ya que ciertos días serán más propicios para la gestación, exactamente entre los 18 y los 21 días después de la menstruación en que los niveles de testosterona alcanzan su nivel máximo.

La naturaleza es sabia y posee un reloj biológico para la mayoría de las hembras, por lo que su apetito

sexual aumenta en los días más propicios para concebir. Este hecho se puede observar fácilmente en la mayoría de las hembras animales. Con los caballos, por ejemplo, la yegua juguetea y excita al macho, pero no le permite que la monte hasta que su óvulo está en la posición correcta para ser fertilizado. Las mujeres no son conscientes de que algo similar ocurre también en su organismo.

Por esta razón, una mujer se puede encontrar inexplicablemente por la mañana en la cama de un hombre que acababa de conocer la noche anterior y se siente fatal, sabe que ha sido un error y ni siquiera se explica cómo pudo pasar. «No sé que pasó —dijo una mujer—. Lo conocí en una fiesta y, antes de que me diese tiempo a conocerle, ya estábamos en la cama. Nunca había hecho algo así». Al igual que otras hembras del mundo animal, esta mujer conoció a ese hombre en el momento adecuado del mes, en el que tenía más probabilidades de concebir. La información genética del sistema inmunológico del hombre y de otras muchas características masculinas fueron decodificadas subconscientemente en el cerebro de la mujer. Si el hombre aprobó el test y poseía un nivel aceptable de probabilidades para ser padre, la naturaleza se encargó del resto. Las mujeres que han tenido este tipo de experiencias no se lo explican y muchas buscan la causa en el «destino» o en «una extraña atracción magnética», en vez de buscar el origen en su conducta hormonal. Como resultado de estos incidentes, muchas mujeres se ven atrapadas de por vida con parejas inapropiadas. Los hombres, por su lado, ¿darían lo que fuese por saber cuando es el momento para atacar!

La melancolía femenina

Entre los 21 y los 28 días después de la menstruación, las hormonas femeninas experimentan una disminución dramática, que desencadena numerosos síntomas emocionales conocidos como síndrome premenstrual. La mayoría de las mujeres se sienten tristes, deprimidas y algunas pueden llegar a presentar tendencias suicidas. Una de cada 25 mujeres experimenta unas reacciones hormonales tan fuertes que puede llegar a cambiar de personalidad.

¿Qué diferencia hay entre una mujer con síndrome premenstrual y un terrorista?
Que con el terrorista se puede negociar.

Un gran número de estudios ha concluido que el crimen femenino como los ataques o el robo en tiendas ocurre entre los días 21 y 28 de síndrome premenstrual. Hay investigaciones que revelan que al menos el 50 por ciento de los asesinatos y ataques femeninos se cometen cuando las mujeres sufren síndromes premenstruales. Las visitas de las mujeres a la consulta del psiquiatra, del psicólogo o de las videntes aumentan drásticamente durante esta fase y muchas mujeres reconocen que «se están volviendo locas» o que «están fuera de control». Hay estudios ampliamente documentados que revelan que las mujeres que sufren síndrome premenstrual tienen entre cuatro a cinco veces más probabilidad de provocar un accidente de coche o aéreo si están conduciendo o pilotando. Le recomendamos que si la próxima vez que coja un avión la piloto es una mujer malhumorada, coja el tren. Es más seguro.

Las hormonas femeninas han sido utilizadas durante años y años para tranquilizar a gente agresiva. En algunos países, el síndrome premenstrual constituye un atenuante de las penas cuando se trata de juzgar asesinatos cometidos por mujeres durante esta fase.

Cuando una mujer llega a la menopausia, normalmente entre los 40 y los 50 años, experimenta una serie de cambios psicológicos, emocionales y hormonales, que varían de mujer a mujer.

¿En qué se diferencia un hombre con una crisis a los 40 de un payaso de circo?
Que el payaso sabe que lleva traje de payaso.

La menopausia en los hombres es un hecho que se puede predecir con facilidad porque les da por llevar gafas de sol de aviador, guantes de cuero, transplantes de pelo, ir de compras con la moto o el deportivo rojo y comprarse ropa poco adecuada.

Testosterona, ¿un don o una maldición?

Las hormonas masculinas, especialmente la testosterona, son las que aportan la agresividad que permitía al hombre ir a cazar y matar a su presa. La testosterona es en parte la responsable de la supervivencia del hombre como especie, puesto que impulsaba a los hombres a buscar comida, a luchar y a atacar a sus enemigos. También es la hormona responsable de la barba, de la calvicie, de las voces graves y la excelente habilidad espacial. Los barítonos tienen el doble de eyaculaciones que los tenores y mucha gente a la que se le ha inyectado esta hormona ha experimentado menos dificultades para leer mapas y guías. También es curioso que el hecho de ser zurdo y el asma se hayan relacionado con la testosterona y se ha comprobado que los hombres que fuman como carreteros o que beben alcohol en exceso muestran bajos niveles de testosterona en la sangre.

La desventaja de la testosterona para el hombre moderno es que, a menos que tenga una válvula de escape en alguna actividad física, puede causarle problemas agresivos y sociales. Puesto que durante los 12 y los 17 años los adolescentes descargan grandes cantidades de testosterona en el cuerpo, los chicos de estas edades constituyen los índices más altos de criminalidad. Si a un hombre pasivo se le inyecta testosterona se convertirá en un hombre seguro de sí mismo y dominante. La misma dosis en una mujer aumentaría su nivel de agresividad, pero no tendría un efecto químico tan drástico como en el hombre. El cerebro masculino está estructurado para reaccionar a la testosterona, mientras que el femenino no lo está. La razón todavía se desconoce, pero está claro que está relacionada con la habilidad espacial.

A las mujeres se les debería advertir del peligro de contables zurdos, calvos, con barba y voz de barítono, que son capaces de mirar el mapa y estornudar al mismo tiempo.

Cuando los hombres llegan a los 50 o 60 años, sus hormonas masculinas decrecen y se vuelven menos agresivos y más cariñosos. En las mujeres, ocurre la reacción contraria porque sus niveles de estrógeno disminuyen y los de testosterona aumentan. Por eso las mujeres, cuando alcanzan los 45 o 50 años se vuelven más firmes y confían más en sí mismas. En contrapartida, a estas mujeres les empieza a crecer más bello facial y sufren ataques de nervios.

El misterioso caso de la vajilla voladora

La autora del libro, Barbara Pease, desconocía que la nueva píldora anticonceptiva que le habían recetado contenía altos niveles de testosterona. Su marido Allan, enseguida se dio cuenta del valioso arte de saber esquivar platos, tazas y otros objetos voladores que ella le lanzaba durante su fase premenstrual y también volvió a recuperar uno de sus puntos fuertes en la infancia, el *spring* en distancias cortas. Sin embargo, parecía que la habilidad de Barbara (o mejor dicho, la falta de habilidad) para aparcar en línea, ya no provocaba discusiones. Desde que empezó a tomar esta píldora se le daban mucho mejor las maniobras para aparcar.

Los análisis de sangre revelaron que Barbara sufría un exceso de testosterona y que, consecuentemente, era necesario cambiarle de píldora. En menos de un mes, sus cambios emocionales mejoraron sustancialmente, pero Allan se sentía como si ahora estuviese viviendo con una bibliotecaria que quería convertirse en monja. Finalmente el tercer cambio de píldoras situó su testosterona a un nivel adecuado, mucho más seguro para su vida matrimonial y, sobre todo, para su vajilla.

¿Por qué son agresivos los hombres?

La testosterona es la hormona del éxito, de los grandes logros y la competitividad y, de estar en malas manos (o testículos), puede convertir a los hombres o a los animales en seres muy peligrosos. La mayoría de los padres son conscientes de la insaciable necesidad que los chicos parecen tener en ver películas violentas y sangrientas que a sus hijos les encantan y no se cansan de describir al detalle las escenas más agresivas. A las chicas normalmente no les interesa este tipo de películas. Un estudio llevado a cabo por la Universidad de Sydney mostró que cuando los chicos se enfrentaban a un conflicto potencialmente agresivo, como una pelea en el patio, el 74 por ciento se decantaba por pronunciar palabras o actos físicos agresivos para solucionar el problema, mientras que el 78 por ciento de las chicas intentaban alejarse o negociar la situación. El 98 por ciento de los bocinazos en los semáforos son efectuados por hombres, al igual que el 96 por ciento de los robos y el 88 por ciento de los asesinatos. Prácticamente la mayoría de las personas que sufren trastornos sexuales son hombres y, las pocas mujeres que los presentan, poseen altos niveles de hormonas masculinas.

La agresión masculina es la responsable de su hegemonía en la mayoría de las especies. A los niños se les enseña a no ser agresivos y se intenta que se aparten de la conducta violenta, pero es un rasgo masculino y, por lo tanto, no se debe intentar culpar a los condicionantes sociales.

Los estudios realizados a deportistas muestran que su nivel de testosterona es notablemente superior al finalizar la actividad deportiva que al iniciarla, lo que claramente demuestra que la competición eleva los niveles de agresividad. En los equipos deportivos de Nueva Zelanda, a menudo se puede observar como los participantes bailan la danza de guerra maorí, el haka, justo antes de empezar la competencia. Con esto se logran dos objetivos: provocar temor en sus oponentes y elevar los niveles de testosterona de los competidores. En muchos deportes hay animadoras precisamente con el mismo objetivo: elevar los niveles de testosterona de los jugadores y los seguidores. Los estudios confirman que la violencia de masas suele ocurrir en los partidos en que hay animadoras.

¿Por qué trabajan tanto los hombres?

El profesor James Dabbs, de la Universidad Estatal de Georgia, tomó muestras de saliva de hombres que tenían diferentes profesiones y que abarcaban tanto a políticos, a deportistas, a curas y a convictos. El profesor obtuvo que los hombres más eficientes en cada uno de estos campos mostraban unos niveles de testosterona mucho más altos que el resto y los niveles más bajos se registraron en los curas, lo que indicaba que eran personas menos dominantes y con vidas poco activas sexualmente. El investigador también tomó muestras de mujeres con altos cargos como abogadas y comerciantes y también demostraron tener unos niveles de testosterona más altos que la media. Asimismo, el profesor concluyó que la testosterona, además de estar relacionada con la eficiencia, a su vez desencadena más producción de esta hormona.

Hemos observado la conducta animal desde África hasta las selvas de Borneo y hemos sido testigos de excepción de una evidencia que los científicos llevan años investigando: los machos con altos niveles de testosterona son los que dirigen el coto. Algunos animales, como por ejemplo la hiena, registran tales niveles de testosterona que ya nacen con dientes y pueden llegar a ser tan agresivos que los jóvenes a menudo se comen los unos a los otros.

Las criaturas con altos niveles de testosterona son las que mandan en el reino animal.

Los mejores perros, gatos, caballos, cabras y monos son los que registran mayores niveles de hormona masculina. Los hombres con altos niveles de testosterona son los que han dominado la raza humana a lo largo de la historia y es una asunción bastante lógica que las mujeres más destacadas como Boadicea, Margaret Thatcher, Juana de Arco y Golda Meir recibiesen una dosis de hormonas masculinas entre las seis y las ocho semanas de gestación fetal.

Sin embargo, existen graves consecuencias si los altos niveles de testosterona no se queman mediante actividades. Un reciente y alarmante ejemplo se observó en Estados Unidos, donde 118 estudiantes de Derecho se sometieron a un test de personalidad que consistía en llevar a cabo un seguimiento y un

control de sus vidas durante 30 años. Los hombres que mostraban los niveles de agresividad y de hostilidad más altos tenían cuatro veces más probabilidades de morir durante el mismo período de tiempo. Esta parece una buena razón para que los chicos se animen a seguir una vida sana y practicar ejercicio regularmente.

La testosterona y la habilidad espacial

Puede que usted ya haya llegado a la conclusión que, puesto que la habilidad espacial es uno de los puntos fuertes en el hombre, esta capacidad debe de estar relacionada con la testosterona. En el capítulo 3 explicamos que la testosterona es la responsable principal de la estructura cerebral masculina ya en el feto, con una genética XY por lo que el hombre nace ya «programado» para ciertas tareas que requieren habilidad espacial, como la caza o la persecución. Por consiguiente, cuanto más testosterona produzca el cuerpo, más masculina será la conducta cerebral. Las ratas macho a las que se les inyecta una dosis adicional de hormona masculina encuentran la salida del laberinto mucho antes que el resto de las ratas. Las hembras también experimentan una mejoría en su sentido de la orientación, pero mucho menos notable que la de los machos. También se ha comprobado que los niveles de agresividad aumentan en ambos sexos.

En el test de estructura cerebral, los hombres que poseen altos niveles de testosterona suelen obtener un resultado de entre -50 y +50 puntos y tienen pocas dificultades en orientarse con un mapa, jugar a videojuegos o acertar en un blanco. Normalmente tienen barbas cerradas y les encantan los deportes como la caza, el fútbol, el billar y las carreras de coches, además de aparcar en línea sin problemas. La testosterona es también la hormona contra la fatiga y el agotamiento. Muchos experimentos en los que se inyectó a voluntarios con dosis de testosterona demostraron que estos presentaban mayor resistencia a las actividades físicas de fondo como caminar y correr largas distancias y que se concentraban durante mayor tiempo. No resulta sorprendente que muchos de estos atributos estén presentes en las lesbianas.

Susan Resnick, Instituto del envejecimiento en Estados Unidos, informó que las chicas que recibían altas y anormales cantidades de hormonas masculina mientras estaban en el vientre también presentaban mayor habilidad espacial en comparación con sus hermanas que no habían recibido esta cantidad de hormonas.

¿Por qué odian las mujeres aparcar en línea?

La testosterona mejorará la habilidad espacial, pero la hormona femenina, el estrógeno, suprimirá parte de esta mejoría. Las mujeres cuentan con unos niveles mucho menores de testosterona que los hombres y, por tanto, su cerebro presenta una estructura mucho más femenina y menos apta para las habilidades espaciales. Por eso, las mujeres que son muy femeninas no suelen aparcar bien (sobre todo si tienen que aparcar en línea) u orientarse con los mapas. Existe una condición muy poco común denominada el Síndrome de Turner en la que a una hembra genéticamente (XX) le falta uno de los cromosomas X y se conoce como chica XO. Estas chicas son extremadamente femeninas en su comportamiento y prácticamente carecen de habilidad espacial. No se le ocurra prestarle las llaves de su coche a una mujer XO.

Los hombres chinos suelen obtener resultados mucho más bajos que los hombres caucásicos en los niveles de testosterona y eso se evidencia en la carencia de bello facial y los raros casos de alopecia en los primeros. Las sociedades orientales registran niveles mucho menos significativos de crímenes agresivos o violentos en comparación con los hombres caucásicos o negros. La violación resulta también menos común, seguramente debido a sus bajos niveles de testosterona. Esta también podría ser la respuesta a los bajos resultados comparativos de los hombres asiáticos en cuanto al aparcamiento en línea.

Matemáticas y hormonas

Los niños ponen en funcionamiento la parte frontal del hemisferio derecho para resolver los problemas matemáticos. La zona espacial en las niñas se encuentra localizada en ambos hemisferios y las pruebas determinan que muchas mujeres intentan resolver los problemas matemáticos utilizando la parte frontal verbal del hemisferio izquierdo. De ahí que haya tantas mujeres que cuentan en voz alta y también podría ser la explicación de que las niñas estén aventajadas en cálculo básico y que su colaboración y compromiso a estudiar haga que sobresalgan en los exámenes de aritmética y matemáticas.

El desarrollo cerebral femenino se produce mucho antes en las niñas y por eso suelen sacar mejores notas que los niños cuando son pequeñas. Entrados en la pubertad, los niños se sitúan a la par e incluso las adelantan en cálculo matemático, ya que la testosterona incrementa su habilidad espacial. Johns Hopkins, de la Universidad de Boston, llevó a cabo pruebas de habilidad matemática en niños superdotados que tenían de entre 11 y 13 años. El investigador descubrió que cuanto más difíciles eran las pruebas, más ventaja les sacaban los niños a las niñas. En las pruebas fáciles, los niños superaban a las niñas sólo 2 a 1, en las pruebas medias la diferencia era de 4 a 1 y en las más difíciles los chicos llegaron a situarse 13 a 1.

En 1998, la destacada investigadora canadiense Doreen Kimura descubrió que si se duplica o se triplica la cantidad de testosterona en los hombres, su razonamiento matemático no se duplica por estas cantidades. Esto demuestra que seguramente existe un nivel óptimo para que la testosterona surta efecto, seguramente en los niveles bajos y medios. En otras palabras, King Kong no demostraría mejores habilidades matemáticas que un hombre al que le crece la barba lentamente. Un dato interesante es que la testosterona aumenta la capacidad matemática de las mujeres en un porcentaje mucho mayor. Una mujer que tenga bigote será probablemente mejor ingeniero que una que parece una muñeca Barbie. Los hombres obtienen más puntuación en la habilidad para leer mapas en otoño porque es cuando su testosterona alcanza los niveles máximos.

El sistema educativo favorece a los niños en los exámenes matemáticos porque hay estudios que

demuestran que cuando las niñas sufren síndrome premenstrual sus niveles de testosterona se sitúan a unos niveles notablemente inferiores durante esta fase. Un estudio demostró que las niñas con síndrome premenstrual obtenían una puntuación un 14% más baja en los exámenes que las que no estaban en esa fase. Un sistema más justo sería realizar los exámenes en la época biológicamente más propicia para las chicas. En los chicos da absolutamente igual.

La caza del hombre moderno

El deporte es el sustituto moderno de la caza. La mayoría de las actividades deportivas se originaron a partir de 1800 ya que, antes de dicha fecha, en la mayoría de los lugares todavía se cazaba para comer. La Revolución Industrial de finales del s. XVIII y el desarrollo de la tecnología ganadera supuso el fin a la caza por necesidad. Los hombres habían sido programados para cazar y de repente ya no tenían que hacerlo más.

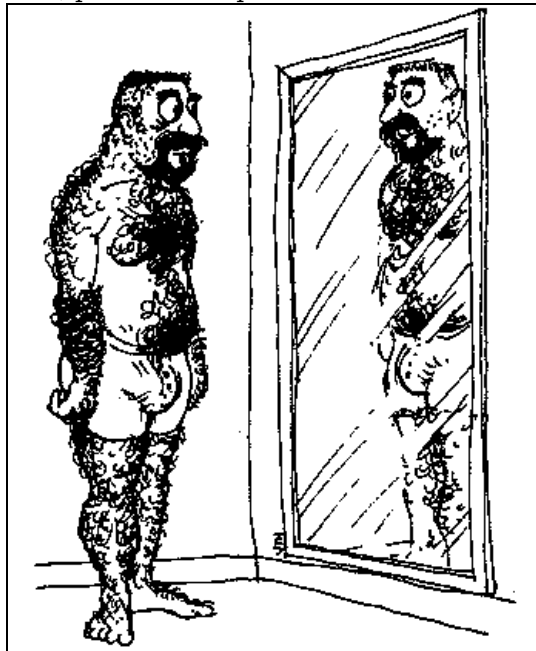
El deporte se convirtió en la respuesta a la necesidad de realizar ejercicio físico. El 90 por ciento de los deportes se crearon durante el s. XIX y algunos en el s. XX. La mayoría de estas actividades requieren correr, cazar o alcanzar blancos y así permiten que las personas puedan quemar el exceso de hormonas. Las investigaciones demuestran que los chicos que practican deportes regularmente tienen menos probabilidades de verse involucrados en actos agresivos o delinquentes y que los hombres jóvenes que poseen antecedentes penales no solían practicar actividades físicas. Se trata de algo bastante simple: si esas hormonas no se queman en un campo de fútbol se quemarán en las calles. En las autopistas y autovías se puede observar que la violencia entre conductores es una conducta casi exclusivamente masculina. A los hombres les gusta competir en la carretera, en cambio las mujeres nunca se echan a la carretera con este propósito.

Antes de hacerse miembro de algún club deportivo, examine los objetivos, los valores, los modelos y los líderes del club. Si los miembros están ahí «por el juego» y el juego es lo más importante, entonces esas personas siguen siendo esclavos de su biología, por lo que sería mejor que se hiciese miembro de un club de pesca. Hay otro tipo de actividades como el yoga o las artes marciales que enseñan los principios esenciales en la vida como la salud, la relajación y otros valores humanos. Evite cualquier club que subraye los logros financieros que podría conseguir.

¿Por qué los hombres son barrigones y las mujeres culonas?

La naturaleza distribuye el exceso de grasa en partes que estén alejadas de los órganos vitales para que, si es necesario realizar operaciones, la grasa no sea un obstáculo. Por eso no suele haber grasa alrededor del cerebro, del corazón y de los genitales. Las mujeres, además, tienen unos órganos vitales adicionales: los ovarios. Consecuentemente, las mujeres que pueden tener hijos no suelen acumular grasa en la barriga. Los hombres, al carecer de ovarios, acumulan su exceso de grasa en esta parte, lo que se suele llamar «la curva de la felicidad» y también suelen acumular grasa en la espalda. Es raro que haya hombres con piernas gordas, mientras que es bastante común en las mujeres, que la acumulan en las caderas, en el trasero y en la parte posterior del brazo, ya que esta última zona sirve como reserva alimenticia para la lactancia del bebé. Si los hombres tuviesen ovarios también tendrían caderas anchas y barrigas planas. Las mujeres que se someten a una histerectomía, una extirpación del útero o matriz, suelen redistribuir las grasas también en la barriga.

Los chicos siempre serán chicos, pero no siempre...



Y UN DÍA, AL ACABAR LA CLASE DE BIOLOGÍA, ELLIOT PUDO VER POR SÍ MISMO LO QUE SUS COMPAÑEROS PENSABAN DE ÉL: SUS NIVELES DE TESTOSTERONA NO ERAN NORMALES

¿Qué es lo que hace que una mujer sea una mujer y que un hombre sea un hombre? ¿Es la homosexualidad una elección propia? ¿Por qué una lesbiana se siente atraída por otras mujeres? ¿Cómo es que los transexuales están a caballo de ambas cosas? ¿Somos quienes somos porque tuvimos una madre agresiva o porque nuestro padre era un obrero frío e insensible o fue todo culpa de que nos enamorásemos de aquél profesor o profesora cuando íbamos a primaria? ¿Somos quienes somos porque somos los segundos hijos? ¿Por qué fuimos criados en la pobreza, en un orfanato, en una familia dividida? ¿Se debe quizás a que somos escorpio o a que seamos la reencarnación de un gato?

En este capítulo examinaremos qué ocurre cuando un feto humano recibe demasiada o, al contrario, poca hormona masculina.

Gays, lesbianas y transexuales

Las investigaciones demuestran que el patrón inicial del feto tanto del cuerpo como de la estructura mental es femenino. Por ello, los hombres tienen algunos rasgos femeninos como los pezones y las glándulas mamarias que, a pesar de no funcionar, retienen el potencial de producir leche. Existen pruebas de innumerables casos de lactancia masculina en los prisioneros de guerra, puesto que el ayuno provocó una grave enfermedad de hígado que desencadenó las hormonas esenciales para poder amamantar.

Hoy en día sabemos que entre las seis y ocho semanas posteriores a la gestación, el feto masculino (XY) recibe una dosis masiva de hormonas masculinas llamadas andrógenos que son las encargadas de crear los testículos y una segunda dosis que es la responsable de transformar la estructura cerebral femenina en masculina. Si el feto masculino no recibe la cantidad suficiente de hormonas en ese momento, pueden ocurrir dos cosas. La primera, que el bebé nazca con una estructura cerebral más femenina que masculina, es decir, un niño que seguramente será gay después de la pubertad. La segunda opción que puede ocurrir es que el bebé, masculino genéticamente, nazca con un cerebro completamente femenino, pero con genitales masculinos. Esta persona será un transexual, por lo que pertenecerá biológicamente a un sexo, pero sabrá que en realidad le correspondía ser biológicamente del otro sexo. A veces, un hombre genéticamente nace tanto con genitales masculinos como femeninos. La genetista Anne Moir en su libro *Brainsex* (Sexo mental) documenta innumerables casos de hombres que biológicamente nacieron como niñas y que fueron criados como tales, puesto que hasta que no alcanzaron la pubertad, el pene y los testículos «no aparecieron».

Esta rareza genética fue descubierta en la República Dominicana en un estudio que se realizó a los padres de estas «niñas», que explicaban que habían criado a sus hijos como si fuesen niñas y les habían inculcado las conductas estereotípicas femeninas como llevar vestidos y jugar con muñecas. Muchos padres sufrieron un shock al descubrir que en la pubertad, cuando las hormonas masculinas se impusieron sobre las femeninas, sus niñas se habían transformado en auténticos chicos, con pene y genitales masculinos y su conducta cambió radicalmente hacia la conducta típica masculina. Este cambio se produjo a pesar de la presión y los condicionantes sociales a los que se veían sometidos para que continuasen con su conducta femenina.

El hecho de que la mayoría de estas «niñas» continuasen su vida de hombres sin ningún problema

pone de manifiesto la relativa poca influencia que tiene el entorno social en la vida de adulto. Está claro que su constitución biológica fue el factor clave en su conducta.

La homosexualidad forma parte de la historia

En la antigua Grecia, la homosexualidad no sólo estaba permitida, sino que era sumamente respetada. Las figuras masculinas, esbeltas y jóvenes eran el ideal de belleza y se erigían innumerables estatuas en su honor. Se escribían poemas sobre el amor y el deseo que los hombres mayores sentían por estos atractivos jóvenes. Los griegos consideraban que la homosexualidad masculina tenía un propósito noble e inspiraba a los jóvenes a ser personas de provecho en la comunidad. Los jóvenes gay también demostraron ser guerreros destacados por su valentía y coraje, puesto que luchaban juntos y enamorados.

En los tiempos romanos, se decía de Julio César que era «el hombre de todas las mujeres y la mujer de todos los hombres».

Cuando la Cristiandad empezó a criticar las relaciones entre un mismo sexo y Dios impuso su venganza en la Ciudad de Sodoma, la homosexualidad se prohibió, desapareció de la escena pública y no ha vuelto a aparecer hasta hace poco.

Durante la época victoriana, se evitó el reconocimiento de la homosexualidad, y en los pocos casos que se oían se consideraba que las personas estaban endemoniadas y que merecían ser duramente castigadas. Estamos a las puertas del s. XXI y las viejas generaciones todavía creen que la homosexualidad es un fenómeno «anormal». En realidad la homosexualidad se debe simplemente a una falta de hormonas masculinas en el feto y siempre ha existido. Entre los primates, el comportamiento homosexual es una forma de unir a los miembros de un grupo y también se utiliza para someter a uno de los miembros a un superior, como pasa entre el ganado, los gallos y los perros. La palabra lesbianismo etimológicamente proviene de la isla griega de Lesbos en el 612 a.C. El lesbianismo nunca ha tenido las connotaciones peyorativas de la homosexualidad, quizás porque se asocia con una relación más íntima y, por lo tanto, no está tan etiquetada de «perversión».

¿Es genético o es una opción?

Cuando Allan Pease, autor de «El lenguaje del cuerpo» (*Body Language*) y la geneticista Anne Moir aparecieron juntos en un canal de televisión británico en 1991 para promocionar los libros de la autora de «El sexo en el cerebro» (*Brainsex*) y «Lenguaje hablado» (*Talk language*), ésta reveló los resultados de su investigación, que destacaban lo que los científicos conocían desde hace años: la homosexualidad no es una opción, sino que es genética.

La homosexualidad se determina antes del nacimiento y, además, se ha comprobado que los condicionantes y el entorno social tienen mucha menos influencia en la conducta de lo que se pensaba. Los científicos han podido observar que los esfuerzos de los padres para suprimir las tendencias homosexuales en un adolescente o adulto prácticamente no tienen ningún resultado. El hecho de que la hormona masculina (o la carencia) tenga un impacto mucho mayor en el cerebro masculino provoca que la mayoría de los homosexuales sean hombres.

No existen pruebas fundamentadas científicamente de que los condicionantes sociales y el entorno familiar puedan determinar la homosexualidad de un niño.

Por cada lesbiana (cuerpo femenino con estructura mental masculinizada) existen de ocho a diez hombres gays. Si las asociaciones de gays y lesbianas promoviesen estas evidencias y el sistema educativo se encargase de difundirlas, los homosexuales y transexuales serían mucho más aceptados. Mucha gente se muestra mucho más comprensiva y tolerante al entender que se trata más de una conducta innata que de una opción personal. Por ejemplo, los bebés focomélicos, los pacientes de Parkinson, los auristas o la gente que padece parálisis cerebral están generalmente aceptados porque han nacido con estas condiciones, contrariamente a los homosexuales, que supuestamente escogen su estilo de vida.

¿Podemos criticar a una persona que es zurda o disléxica? ¿Por tener ojos azules o ser pelirrojo? ¿O por tener una estructura cerebral femenina en un cuerpo masculino? Muchos homosexuales erróneamente creen que su homosexualidad es una elección y, como la mayoría de los grupos minoritarios, aprovechan los programas televisivos o lugares que cuentan con una amplia audiencia para divulgar la palabra «elección», lo que no provoca más que actitudes y opiniones negativas por parte de la mayoría de la sociedad.

Era disléxico, agnóstico y padecía insomnio. Por la noche le resultaba imposible conciliar el sueño debido a su preocupación por si realmente era un perro.

Desgraciadamente, las estadísticas muestran que más del 30% de los suicidios adolescentes los cometen gays y lesbianas y que uno de cada tres transexuales se suicida. Parece ser que la percepción de verse aprisionado en el «cuerpo equivocado» de por vida es demasiado fuerte y no lo pueden soportar. Un estudio que examinaba el entorno social de los homosexuales adolescentes concluyó que la mayoría crecían en familias o comunidades que les imponían un rechazo y odio hacia los homosexuales y que muchas religiones habían intentado salvar a estas «víctimas» mediante la oración o terapias.

¿Por qué se culpa a los padres?

Cuando resulta obvio que un niño es homosexual, normalmente se culpa al padre. El resto de la familia culpa al padre por haber criticado al hijo de no practicar deportes o de no ser lo suficientemente competente en tareas masculinas mientras crecía. Esta teoría sostiene que el niño se reveló contra el

padre y que por eso se convirtió en gay, pero en realidad no existe ninguna evidencia científica que sustente esta opinión. La explicación más lógica sería que el niño estaba más interesado en las actividades femeninas que en el fútbol, las carreras de coches o el boxeo. Seguramente el hecho de que su hijo fuese así habría provocado estragos en el padre, que mantenía el listón de las expectativas masculinas muy alto. En otras palabras, las tendencias afeminadas del hijo suelen contribuir a la actitud crítica o agresiva del padre y no al revés, como los partidarios de esta opinión sostienen.

El carnaval gay de Sydney

El acto homosexual más popular y público en el mundo es el Carnaval de gays y lesbianas de Sydney que congrega alrededor de un millón de personas en lo que se considera la celebración de la homosexualidad. Muchos más siguen atentamente el carnaval desde sus televisores y la comunidad gay y lesbiana se siente orgullosa de los logros de este acto conmemorativo. Sin embargo, mucha de la gente que ve el carnaval desde casa son heterosexuales que se mofan o se ríen de lo que ellos consideran una representación de «raros». Algunas encuestas que se han realizado entre los espectadores televisivos muestran que la mayoría lo ven para reírse de los participantes y confirmar su sospecha de que los homosexuales realmente son «gente muy rara que padece desviaciones sexuales». Si los gays y lesbianas que participan en el alegre y vistoso carnaval callejero estuviesen disfrazados de pies a cabeza con el hábito típico de los musulmanes, poca gente se interesaría en participar, o seguir televisivamente, este carnaval.

Si los heterosexuales decidiesen organizar un evento de similares características para que su comunidad pasease a lo largo de las calles de Sydney en ropa interior, además de que habría pocos participantes, los pocos que se presentarían serían arrestados por conducta indecente.

Ser pelirrojo y tener pecas ocurre con la misma frecuencia que ser homosexual.

Si la sociedad en general comprendiese y asimilase que las evidencias científicas demuestran que la mayoría de los casos, por no decir todos, son genéticos, la gente mostraría el mismo interés en una reunión de gays que en una de pelirrojos con pecas, una combinación que ocurre con la misma frecuencia que la homosexualidad. La sociedad aceptaría en gran medida la homosexualidad y los gays y lesbianas ya no tendrían que soportar problemas de baja autoestima, serían tratados con más dignidad, menos rechazo y menos ridículo. La ignorancia por ambas partes les mantiene alejados.

¿Se puede cambiar esta «opción»?

Los gays y las lesbianas no eligen su orientación sexual, por lo que la mayoría de los científicos y sexólogos están de acuerdo en que la homosexualidad no se puede alterar. Los investigadores creen que la mayoría de casos se desarrollan dentro del útero y la mayoría de conductas homosexuales suelen estar determinadas a la edad de cinco años, por lo que la orientación es incontrolable por la persona. Durante siglos, se han utilizado todo tipo de técnicas con el fin de suprimir la homosexualidad en estas «víctimas» entre los que se incluían la amputación de senos, la castración, terapias con drogas, extirpación de útero, extirpación del lóbulo frontal cerebral, psicoterapia, terapia de descargas eléctrica, oraciones, ejercicios espirituales y exorcismo. Ninguna de estas terapias ha tenido el resultado esperado. Lo máximo que han logrado es que algunos bisexuales centrasen sus actividades sexuales exclusivamente en miembros del sexo opuesto o han obligado a algunos homosexuales al celibato por culpa o miedo, conduciendo a otros muchos al suicidio.

Los científicos han demostrado que la homosexualidad es una condición inalterable. No es una elección.

Existe más de un 90 por ciento de probabilidades de que usted, el lector, sea heterosexual. Piense qué difícil le resultaría sentirse atraído por alguien de su mismo sexo y entonces empezará a entender que es prácticamente imposible crear sentimientos que no existen. Si fuese una elección, como muchos proclaman, ¿por qué una persona en su sano juicio escogería una forma de vida que implica tanto odio, prejuicios y discriminación? Las hormonas son las responsables.

El caso de los gemelos idénticos gays

Se han realizado importantes investigaciones que estudiaban los casos de gemelos idénticos que se separaron a la hora de nacer y que, por tanto, crecieron en diferentes familias y entornos sociales. Se han llevado a cabo numerosos experimentos y pruebas para determinar si ciertos rasgos humanos son genéticos o bien están condicionados por la sociedad. Este tipo de investigaciones muestran que la mayoría de los rasgos humanos se heredan genéticamente, incluyendo la neurosis, la depresión, los niveles de introversión/extroversión, la dominancia, la habilidad deportiva y la edad de la primera relación sexual. Si tenemos en cuenta que un cinco por ciento de la población es homosexual, si se analizasen 100 casos de gemelos idénticos gays que se separaron después del nacimiento y que crecieron en diferentes entornos, se esperaría que sólo el cinco por ciento de los gemelos separados fuesen homosexuales, siguiendo los supuestos de que la homosexualidad es una elección. Sin embargo, diferentes grupos científicos que se han dedicado a este tema han llegado a conclusiones idénticas. Richard Pillard de la Universidad de Boston y el psicólogo Michael Bailey de la Universidad de North Western, que han estudiado la orientación sexual de hermanos que se criaron juntos, han concluido:

Las probabilidades de homosexualidad en ambos hermanos es:

- Del 22% en el caso de mellizos.
- Del 10% en el caso de hermanos que no son ni gemelos ni mellizos o que son adoptados.
- Del 52% en el caso de gemelos que comparten los mismos genes.

Las investigaciones en gemelos idénticos gays que habían sido separados en el momento de nacer revelan que más del 50 por ciento de los hermanos gemelos separados eran gays. Los investigadores, estiman que existe entre un 10 y un 20 por ciento de gemelos idénticos separados en los que uno de ellos afirmaba ser heterosexual por miedo a admitirlo o es bisexual y se definía como heterosexual. Estos datos añadidos a la cifra anterior darían un resultado de entre el 60 y el 70 por ciento de casos de gemelos idénticos en los que ambos presentan inclinaciones homosexuales, ya determinadas en el vientre materno. Estas investigaciones también confirman que el entorno familiar y social tiene escaso impacto sobre la orientación sexual.

Está en los genes

Según la teoría de que la homosexualidad se determina cuando el feto está en el vientre materno, sería de esperar que los dos gemelos fuesen gays, pero ¿cómo se explica que haya un porcentaje de entre el 30 y el 40 por ciento en los que sólo uno de los gemelos es gay? Sin embargo, los genes poseen una propiedad que mide las posibilidades de que el gen sea determinante y dominante. Por ejemplo, la variedad de gen que causa la enfermedad de Huntington tiene una probabilidad del 100 por cien de ser dominante y determinante, mientras que el gen que causa la diabetes tipo *uno* sólo cuenta con un 30 por ciento de probabilidad. Esto significa que si unos gemelos tuviesen el gen de Huntington y el gen de la diabetes, ambos hermanos tendrían el 100 por cien de probabilidades de desarrollar la enfermedad de Huntington, pero sólo un 30 por ciento de probabilidad de llegar a tener diabetes.

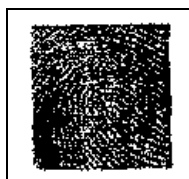
Los que son portadores del «gen gay», como se denomina en la actualidad, tienen una probabilidad de entre el 50 y el 70 por ciento de ser gay y de ahí que no siempre ambos hermanos gemelos sean gays. Se estima que alrededor del 10 por ciento de los hombres son portadores del «gen gay» y, de estos, la mitad son gays debido al 50-70 por ciento de probabilidades determinantes del gen. Los experimentos realizados en laboratorios con ratas y monos han probado que esta secuencia de acontecimientos también sucede en otras especies. Se considera que los experimentos de alteración de sexo con seres humanos no es ni ética ni legal, pero se sabe que en Rusia se han llevado a cabo experimentos de este tipo y han llegado a las mismas conclusiones.

El «gen gay»

Dean Hamer, del Instituto Norteamericano de Cáncer, ha comparado el ADN en 40 parejas de hermanos homosexuales y ha descubierto que 33 de ellos poseían la misma característica genética en la secuencia X2928 del cromosoma X, que se ha determinado como la localización aproximada del gen gay. Asimismo, comparó el ADN de 36 parejas de hermanas lesbianas, pero no pudo llegar a ninguna conclusión genética. El estudio es de gran relevancia puesto que, además de confirmar que la homosexualidad no es una condición exclusiva de hombres, afirma que sin duda se debe a la genética. La posibilidad de que el gen sea determinante parece depender de la presencia de testosterona entre las seis y las ocho semanas después a la concepción. Cabe añadir que existe una pequeña probabilidad de que otros factores, como los condicionantes sociales, puedan activar el gen a una temprana edad, normalmente antes de alcanzar los cinco años.

Las huellas dactilares gays

En 1998, la neuróloga canadiense Doreen Kimura, pionera en la investigación cerebral, informó de que había llevado a cabo un estudio del número de los dermatoglifos entre dos puntos específicos en las huellas dactilares de una persona. Mediante este experimento descubrió que las personas con mayor número de surcos en la mano izquierda suelen destacar en las tareas «femeninas».



Dermatoglifos

También se dio cuenta de que, aunque la mayoría de la gente cuenta con más surcos en la mano derecha, en general, las mujeres y los hombres homosexuales poseen mayor número en la mano izquierda.

Familias gay

Otro estudio desarrollado por el Instituto de Cáncer Estadounidense sobre los hombres homosexuales ha concluido que esta condición es hereditaria. Los datos genéticos recogidos de los familiares de 114 hombres homosexuales demuestran que hay una probabilidad tres veces mayor de la media de que los hermanos, tíos, primos o padres de homosexuales también lo fuesen. La mayoría de los miembros homosexuales masculinos pertenecían a la familia de la madre y en muy pocos casos se daba el caso contrario. Estos datos demuestran que existe una causa genética e indican que existe un gen especial en alguna parte del cromosoma X, el único que la madre puede aportar (la mujer está dotada con dos cromosomas X), constatando que la homosexualidad masculina puede ser hereditaria.

Cómo crear una rata gay

Las ratas son los animales que se utilizan por excelencia en los experimentos científicos y se debe básicamente a dos razones: primero porque tienen hormonas, genes y sistema nervioso central como los seres humanos y, segundo, porque sus cerebros no se desarrollan en el feto, como ocurre con los humanos, sino *después* del nacimiento, por lo que los investigadores pueden observar el proceso. Si se castra a una rata macho, su cerebro se desarrollará como el de una hembra y será un ser social y defensor

del nido. Si se le aporta una dosis de testosterona a una rata hembra recién nacida, pensará que es macho y su conducta será agresiva e intentará montar a otras ratas hembras. Algunos pájaros hembra, como los canarios, no pueden cantar, pero si cuando son pequeñas se les inyecta una dosis de testosterona, pueden cantar como si fuesen un macho. Esto se debe a que la testosterona afecta a su estructura cerebral y, por tanto, también a sus habilidades.

Para lograr este cambio de sexo la estructura cerebral debe ser alterada en su estado embrionario. Algunos experimentos similares realizados con ratas, monos y pájaros adultos no han producido estos efectos porque su estructura cerebral ya se había determinado durante la fase embrionaria. En los humanos, la estructura cerebral se determina entre las seis y ocho semanas posteriores a la concepción, lo que significa que al igual que las ratas adultas, los seres humanos adultos no pueden experimentar grandes cambios.

Durante un seminario que tuvo lugar en Rusia, conocimos a un profesor de neurocirugía de una universidad local que nos reveló secretos de experimentos que había llevado a cabo intentando alterar la estructura cerebral, de seres humanos y afirmó que los resultados habían sido los mismos que en el caso de las ratas. Se había podido cambiar el sexo de los niños y de las niñas modificando su estructura cerebral cuando se encontraban en el vientre materno mediante dosis de hormona masculina. Así, en Rusia lograron crear científicamente gays, lesbianas y transexuales. El profesor también nos informó de que en ocasiones no consiguieron dotar al feto con suficientes hormonas masculinas o la dosis se inyectó en el momento equivocado de su desarrollo. Como resultado de estos errores, un bebé masculino nació con ambos genitales. Este accidente genético también ocurre de vez en cuando de forma natural (como los casos que se han registrado en la República Dominicana) y explican porqué niños que nacen como niñas, en la adolescencia se transforman en niños.



...¡Oh! Tengo que llegar a ser... tengo que llegar a ser yo mismo.

Esta investigación demuestra que los científicos saben, aunque no quieren divulgarlo públicamente, que controlando el sexo encefálico con hormonas, la sexualidad del feto se puede determinar antes del nacimiento mediante una simple inyección en el momento oportuno. Sin embargo, es comprensible su reticencia a sacar a la luz esta información, ya que provocaría que se planteasen las inevitables cuestiones morales, éticas y humanas.

Cómo se forman los bebés homosexuales

Si durante la primera fase del embarazo se suprime la testosterona y el feto es masculino, las probabilidades de dar a luz a un bebé homosexual o afeminado aumentan drásticamente, ya que no existe más remedio que utilizar las hormonas femeninas para configurar la estructura cerebral. Un estudio llevado a cabo en Alemania durante la década de los setenta demostró que las madres que padecían seriamente de estrés durante las primeras semanas de embarazo duplicaban por seis la probabilidad de dar a luz a un hijo homosexual. Las investigaciones dirigidas por el profesor Lee Ellis, del departamento de sociología de la Universidad de Minot State, en Dakota del Norte, revelaron que los hombres heterosexuales tenían mejores habilidades espaciales que los homosexuales y que las lesbianas también se destacaban en esta capacidad sobre las mujeres heterosexuales. ¿A qué se debe? A que recibieron mayores dosis de hormona masculina durante la configuración de su estructura cerebral. ¿A qué se debe la reducción de los niveles de testosterona? Principalmente al estrés, a las enfermedades y a algunos medicamentos.

Los niveles de estrés se pueden disparar cuando su hipoteca es demasiado alta, cuando está a punto de perder su trabajo, se pelea constantemente con su pareja o vecinos, o hace poco que se le ha muerto un familiar o un amigo cercano. Si en esos momentos de tensión y estrés, está en la primera fase de su embarazo, usted posee un alto riesgo de tener un hijo homosexual o una hija exageradamente femenina.

Si padece, por ejemplo, una gripe bastante grave o está tomando medicinas que supriman la testosterona usted corre el mismo riesgo. En la antigua China, cuando la Emperatriz estaba embarazada no permitían que oyese nada desagradable. Tampoco estaba autorizada a pronunciar palabras o frases malsonantes y se le prohibía que tuviese pensamientos negativos o que se relacionase con enfermos o gente depresiva. Así, se evitaba cualquier posible daño al futuro bebé real. Los estudios modernos confirman la sabiduría y la importancia de estas precauciones.

Se conocen desde hace tiempo los efectos negativos que el alcohol y la nicotina pueden tener sobre el feto y también el beneficio de una dieta equilibrada y una vida alejada del estrés. Algunas investigaciones recientes, como la desarrollada por Vivette Glover del hospital London Chelsea, demuestran que las mujeres embarazadas que padecen de estrés tienen bebés que son también incapaces de controlar las

situaciones estresantes. Glenn Wilson, del Instituto de Psiquiatría de Londres, también ha estudiado ampliamente esta área y concluye que:

«Ciertas medicinas químicas pueden interferir con la función de la testosterona y dar como resultado un bebé homosexual».

Si está barajando la posibilidad de quedarse embarazada, tómese unas largas vacaciones en un lugar bien alejado del estrés y evite cualquier contacto con enfermos o gente negativa.

Por ello, si está intentando quedarse en estado, es una buena idea tomarse un descanso y evitar situaciones estresantes. También sería recomendable visitar a un doctor para comprobar que no está tomando medicación que pueda suprimir o aumentar los niveles hormonales.

¿A qué se debe el lesbianismo?

Si el feto tiene la estructura genética femenina (XX) y el cerebro recibe una dosis de hormonas masculinas, el resultado es un cuerpo femenino con estructura cerebral masculina. Cuando son pequeñas, a estas chicas les suelen llamar «marimachos», ya que les gusta jugar a actividades más violentas y duras que al resto de las niñas. Durante la pubertad, normalmente les crece más vello corporal y facial y suelen tener mejor coordinación entre ojos y manos cuando juegan a deportes con la pelota y en la edad adulta a veces reciben el calificativo peyorativo de «machorras». Un alto porcentaje de ellas se convierte en lesbianas. La dosis accidental de hormonas masculinas puede producirse si la madre en estado está tomando medicamentos que contienen altos niveles de hormonas masculinas como, por ejemplo, algunos tipos de píldoras anticonceptivas, medicamentos diabéticos, etc.

¿Qué es una lesbiana? No es más que una mujer que intenta hacer el trabajo del hombre.

Un estudio de mujeres diabéticas que estuvieron embarazadas durante la década de los cincuenta y sesenta dieron a luz a un número anómalo de niñas que se convirtieron en lesbianas al llegar a la adolescencia debido a una alta dosis de hormonas masculinas desatadas al tomar un medicamento diabético durante un periodo decisivo del desarrollo fetal.

Con resultados similares, otro estudio demostró que las mujeres de la misma época que recibían hormonas femeninas como el estrógeno, porque pensaban que sería beneficioso para el embarazo, tenían de entre cinco a diez veces más probabilidades de dar a luz a un niño homosexual. Sin embargo, hasta la adolescencia no resulta evidente la inclinación sexual de una persona, ya que es entonces cuando las hormonas se desencadenan en masa y fluyen por el cuerpo del adolescente.

Reforzando estas conclusiones, los investigadores del Instituto Kinsey de Estados Unidos descubrieron que las madres que habían tomado hormonas masculinas durante el embarazo tenían hijas a las que calificaban de seguras de sí mismas, con gran confianza en sus habilidades y aficionadas a la práctica de deportes agresivos como el *kickboxing* o el fútbol. Cuando eran pequeñas, los demás las llamaban «marimachos». Por el contrario, las madres que habían tomado hormonas femeninas tenían hijas que eran extremadamente «femeninas» e hijos más «blandengues» y amables que el resto de los chicos, más dependientes de los demás y poco activos físicamente.

El cerebro transexual

Los transexuales sienten desde la temprana infancia que han nacido con el sexo equivocado. La zona cerebral responsable de la conducta sexual se denomina hipotálamo y se caracteriza por ser bastante más pequeña en las mujeres que en los hombres. En 1995, el investigador Dick Swaab y su equipo del Instituto holandés de Investigación Cerebral fueron los primeros en demostrar que el hipotálamo en los transexuales varones tenía el tamaño del de una hembra y a veces incluso inferior. Esta investigación confirma que la identidad sexual parece derivar de la interacción entre el desarrollo del cerebro y las hormonas sexuales. La persona que propuso esta teoría por vez primera fue el científico alemán Gunther Dörner, que descubrió que el hipotálamo de los hombres homosexuales tenía el mismo tamaño que el de la mujer cuando se le inyectaba hormonas femeninas. Dick Swaab informó: Nuestro estudio es el primero en demostrar la estructura cerebral femenina en los hombres genéticamente transexuales. En otras palabras, un cerebro femenino atrapado en un cuerpo masculino.

Existe una nueva operación mediante la cual una mujer se puede transformar en hombre y se llama «añada-pene-mía»

La etiqueta psiquiátrica de una persona transexual es «Paciente de desorden de identidad sexual» y más del 20 por ciento de ellos deciden someterse a una operación de cambio de sexo. Estas operaciones consisten en extirpar los testículos y realizar un corte longitudinal en el pene para extraer el tejido interno. La piel del pene se dobla y se introduce en una cavidad realizada quirúrgicamente a imitación de la vagina. En algunos casos, el bálano del pene puede convertirse en un clitoris capaz de tener orgasmos. Desgraciadamente, el índice de suicidios de los transexuales sigue siendo cinco veces mayor al del resto de la población. Uno de cada cinco intenta suicidarse.

¿Somos esclavos de nuestra naturaleza?

Los científicos conocen la clave para cambiar la sexualidad de las ratas y de los monos cuando están en el útero materno. Algunos grupos afirman que nuestros gustos y fobias son el resultado de una elección personal y, de la misma forma, insisten en que ambos sexos tienen la misma habilidad para orientarse con mapas o aparcar en línea, pero los científicos saben que esta opinión carece de fundamento. No hace falta ser científico para saber que los conejos no pueden volar, que los patos no son buenos corredores, que la

mayoría de las mujeres tienen dificultades para leer mapas y que los hombres, cuando leen el periódico, están temporalmente sordos. El entender las diferencias estructurales de los cerebros masculino y femenino hace que seamos más tolerantes los unos con los otros y que podamos tener mayor poder de decisión en nuestro futuro, además de provocar una sensación de bienestar sobre nuestras inclinaciones y elecciones.

La inteligencia humana se ha desarrollado hasta tal punto que ahora controlamos mucho más nuestros sentimientos y emociones que el resto de los animales y podemos pensar sobre nuestras elecciones. Otros animales son incapaces de razonar o reaccionar ante las circunstancias y, por lo tanto, son esclavos de su naturaleza y biología. Nuestra biología es la causa que se esconde tras la mayoría de las elecciones que tomamos, aunque muchas veces lo ignoremos. Por eso, a pesar de poseer mayor control sobre nuestros seres que la mayoría de los animales, no podemos ignorar la naturaleza. El mayor obstáculo con el que se encuentra la mayoría de la gente es el rechazo de la idea de que somos animales, pero con mayor inteligencia. Este rechazo provoca que estas personas se conviertan en víctimas de su naturaleza.

¿Por qué los Gays y las lesbianas parecen estar obsesionados con el sexo?

El hipotálamo es el centro cerebral del sexo que reacciona a la testosterona. Los hombres, además de poseer un hipotálamo más grande que las mujeres, también poseen unos niveles de testosterona mucho más elevados, de entre 10 a 20 veces más. Por eso, los hombres suelen manifestar más apetito sexual que las mujeres.

Los altos niveles de testosterona encienden el apetito sexual de los homosexuales.

La mayoría de los hombres homosexuales tienen un apetito sexual similar al de los hombres heterosexuales y, a pesar de los estereotipos populares, sólo la minoría presenta una conducta típicamente femenina. Imagínese la combinación del apetito sexual de dos hombres y entenderá por qué parece que los gays otorguen más importancia al sexo. Ninguno de los hombres pondrá objeción alguna a mantener relaciones sexuales y, por esta razón, resulta bastante normal que un hombre homosexual llegue a tener cientos, e incluso miles, de parejas a lo largo de la vida.

Las lesbianas también presentan altos niveles de testosterona, si se comparan con las mujeres heterosexuales, por lo que sus instintos sexuales también son más fuertes.

¿Por qué a veces resulta difícil diferenciar a un hombre gay?

En términos simples, se podría decir que hay dos centros principales que están relacionados con la conducta homosexual, el «centro de emparejamiento» y el «centro de conducta».

El «centro de emparejamiento» está localizado en el hipotálamo y es el encargado de determinar hacia qué sexo se sentirá atraída la persona. En los varones, es necesario que reciba una dosis de hormonas masculinas para convertirlo en estructura masculina y ser atraído por las mujeres. Si no recibe la cantidad suficiente de hormonas masculinas, este centro permanecerá, en menor o en mayor medida, femenino en cuanto a funcionamiento y, por lo tanto, el hombre se sentirá atraído por otras personas de su mismo sexo.

El «centro de conducta» del cerebro podría no recibir suficientes hormonas masculinas para que el hombre presentase una conducta, un habla y un movimiento corporal masculino. Cuando esto sucede, su conducta será básicamente femenina.

El hecho de que el «centro de emparejamiento» y el de «conducta» puedan recibir diferentes cantidades de hormonas masculinas sigue siendo un misterio, pero está claro que ahí reside la explicación a que no todos los hombres afeminados sean gays, ni todos los aparentes «machos» sean heterosexuales.

¿Por qué resulta incluso más difícil distinguir a las lesbianas?

Si el cerebro de un feto femenino recibe una cantidad adicional de hormonas masculinas, puede masculinizar el «centro de emparejamiento» y, por tanto, se sentirá atraída hacia otras mujeres. Si su «centro de conducta» también está masculinizado, manifestará una conducta, movimiento corporal y habla masculinos y será calificada de *marimachos* por los demás.

Si su «centro de conducta» no ha recibido hormonas masculinas, puede presentar una conducta típicamente femenina, a pesar de sentirse atraída hacia otras mujeres. Estos resultados se han comprobado también en experimentos llevados a cabo con ratas y monos.

Mientras que las lesbianas *marimachos* son fácilmente distinguibles y la gente suele comprender que son el resultado de su naturaleza, muchas personas todavía se resisten a la idea de que las lesbianas con aspecto femenino presentan esta conducta debido a su naturaleza. Crean que estas mujeres *han escogido* ser lesbianas porque está claro que no presentan conducta homosexual. Fíjese cuantos hombres dicen, al ver a una lesbiana que lleva pintalabios y maquillaje: «Te apuesto lo que sea a que soy capaz de hacerle cambiar de forma de pensar».

Sin embargo, estas mujeres, al igual que las lesbianas *marimachos*, los homosexuales afeminados o aquéllos que se manifiestan como muy *machos*, no pueden controlar su naturaleza. En el ámbito de la homosexualidad femenina no se ha llegado a importantes conclusiones, pero muchos científicos están de acuerdo en que las lesbianas pueden ser tanto femeninas como *marimachos* y sentirse igual de atraídas hacia miembros de su mismo sexo.



«...QUIERO UNA RELACIÓN ABIERTA, HONESTA Y MONÓGAMA. NO ME GUSTAN NADA LOS HOMBRES A LOS QUE LE VAN LOS JUEGUECITOS»

Stella y Norman se conocieron en la fiesta de un amigo mutuo. La atracción fue instantánea y enseguida se vieron inmersos en una precipitada y ardiente relación. Estaban locos el uno por el otro y no se apartaban la mirada. Su especialidad era el sexo en casa: sexo en el comedor, en la habitación, en la cocina, en el cuarto de baño, en las escaleras y en el garaje. Norman estaba muy satisfecho con su vida sexual y creía que Stella era la chica que estaba buscando. Ella también estaba muy contenta y, por lo tanto, creyó que estaba enamorada. Vivirían juntos para siempre.

Dos años más tarde, su vida sexual seguía siendo precipitada y ardiente: él se precipitaba y ella estaba que echaba fuego por la boca. Stella tenía suficiente con mantener relaciones sexuales dos veces por semana, pero Norman insistía en la práctica diaria. Después de todo, ella tenía que comprender que él había abandonado su vida de soltero por ella y le parecía que era lo mínimo que se podía pedir. Sin embargo, cuanto más insistía él, menos le apetecía a ella y muy pronto se vieron limitados al sexo de habitación. Empezaron a pelearse por nimiedades y comenzaron a ver el lado negativo de su pareja. Llegó un punto en el que empezaron a ir a la cama a horas diferentes para evitarse el uno al otro. Ahora ya sólo les quedaba el sexo de pasillo: cuando el uno pasaba al lado del otro y le gritaba: «¡Que te follen!» Norman se sentía como un objeto sexual, ya que en cuanto sacaba a relucir el sexo ella objetaba. Una noche, uno de ellos fue a una fiesta de un amigo mutuo y conoció a otra persona. La atracción fue instantánea y enseguida se vieron inmersos en una precipitada y ardiente relación. Estaban locos el uno por el otro y no se apartaban la mirada...

¿Cómo se creó el sexo?

La vida empezó a partir de una criatura unicelular hace unos tres mil millones y medio de años. Para sobrevivir, la célula se dividió para obtener copias exactas. Sin embargo su apariencia permaneció intacta durante millones de años y sólo modificaba su aspecto si, por accidente, ocurría una mutación en su estructura o si aprendía algo nuevo gracias a la experiencia que iba adquiriendo. Los cambios se producían muy lentamente.

Hace unos 800 millones de años, la célula aprendió un truco sorprendente, quizá por accidente. Se las ingenió para intercambiar genes con otras células. Esto significaba que cualquier ventaja de supervivencia adquirida por la otra célula sería heredada por la nueva célula, logrando que fuese más fuerte y resistente que sus células padres. Ya no era necesario tener que esperar millones de años a que ocurriese un accidente para que se creasen mutaciones celulares que aseguraran una mejor supervivencia.

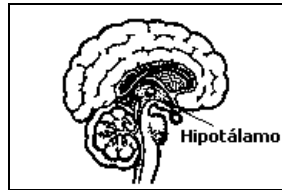
Este acontecimiento aceleró el aumento de tamaño de las nuevas células y pronto se formaron criaturas invertebradas como los gusanos o las medusas. A continuación, hace seiscientos millones de años, se crearon los animales vertebrados y con caparazón y 300 millones de años más tarde, el primer pez aprendió a respirar y a andar en la tierra y todo ello como resultado del intercambio de genes.

El sexo iba viento en popa. Cuando se creaba una nueva célula que poseía los genes más resistentes, los padres debían morir por dos razones. La primera, porque la nueva célula era mejor que la de los padres y, por lo tanto, estos ya no eran necesarios. La segunda, porque si las células de los padres se

cruzaban con las nuevas células sólo conseguirían empeorar la raza. La muerte de los predecesores significaba que el nuevo gen podía sobrevivir y compartir sus genes con los nuevos supervivientes. El propósito inicial del sexo era intercambiar genes con alguien para crear unos genes más fuertes y resistentes que se transmitiesen a la nueva generación. Sin embargo, durante la mayor parte de nuestra historia no parece haberse establecido ninguna relación entre el acto sexual y las siguientes generaciones y, hoy en día, todavía existen tribus primitivas que no se han percatado de esta conexión.

¿Dónde se encuentra localizada la parte del sexo en el cerebro?

El centro sexual se localiza en el hipotálamo, la parte cerebral responsable también del control de las emociones y las sensaciones, la velocidad del corazón y la presión sanguínea. Tiene aproximadamente el tamaño de una cereza, pesa unos cuatro gramos y medio y suele ser mayor en los hombres que en las mujeres, los homosexuales y los transexuales.



El centro sexual cerebral: el hipotálamo

En este área las hormonas, sobre todo la testosterona, estimulan el deseo sexual. Si consideramos que los hombres presentan una cantidad de testosterona de entre 10 y 20 veces mayor que las mujeres y que su hipotálamo es de un tamaño superior, entenderemos porqué el deseo sexual masculino es tan poderoso. Esta es la razón de que los hombres puedan potencialmente practicar sexo en cualquier lugar y a cualquier hora. Si a este hecho añadimos la aprobación social que los hombres han recibido durante generaciones por «estar hecho todo un semental» y la desaprobación a las mujeres sexualmente activas, calificadas de «promiscuas», no hay que ir muy lejos para observar que las diferencias en cuanto a actitudes sexuales siempre han sido un muro de contención entre los hombres y las mujeres.

¿Por qué los hombres no se pueden contener?

El considerable e impulsivo deseo sexual de los hombres tiene un objetivo claro: asegurar la continuidad de la especie humana. Al igual que la mayoría de los machos mamíferos, el hombre tuvo que dotar el sexo con algunas características esenciales para cumplir este propósito. Así, su apetito sexual tenía que ser intenso y difícilmente se distraería de sus intenciones. Este rasgo distintivo le permitía tener relaciones sexuales bajo prácticamente cualquier tipo de circunstancias, como por ejemplo, la presencia de potenciales enemigos o a la menor oportunidad que se le presentaba.

Un hombre necesita ser capaz de tener el máximo número de orgasmos en un espacio de tiempo lo más breve posible para evitar ser cazados por depredadores o enemigos.

El hombre también tenía que diseminar su semilla lo más lejos posible. El Instituto Kinsey en Estados Unidos, líder mundial en investigación sexual humana, manifestó que si se suprimiesen los condicionantes sociales, casi todos los hombres serían promiscuos, tal y como ha sucedido en el 80 por ciento de las sociedades durante toda la existencia humana. Desde la llegada de la era de la monogamia, la necesidad biológica masculina ha supuesto una gran traba en las parejas y constituye la razón número uno de los problemas de las relaciones modernas.

¿Por qué son fieles las mujeres?

El hipotálamo de la mujer es mucho menor que el del hombre y, si a este hecho sumamos los bajos niveles de testosterona con los que cuenta para activar su funcionamiento, nos da como resultado que las mujeres, en general, sean menos agresivas y tengan un apetito sexual notablemente más limitado que el del hombre. ¿Por qué no creó la naturaleza a ninfómanas para asegurar la continuidad de la especie? La respuesta la ofrece el largo período de gestación, alimentación y aprendizaje de un niño hasta que puede sobrevivir y valerse por sí mismo.

En especies como los conejos, el período de gestación es de tan sólo seis semanas y los gazapos son capaces de alimentarse por sí mismos, correr y esconderse en un período de dos semanas a partir de su nacimiento. El padre conejo no tiene que estar con ellos para defenderlos o alimentarlos. La cría de elefante o el cervatillo son capaces de correr con el resto de la manada al poco tiempo de haber nacido. Incluso nuestros primos hermanos, los chimpancés, son capaces de sobrevivir si les abandonan a partir de los seis meses de edad. Durante la mayor parte de los nueve meses de gestación, la mayoría de mujeres se sienten físicamente limitadas y un niño tarda al menos cinco años en aprender a alimentarse y a defenderse por sí mismo. Por esta razón, las mujeres analizan muy cuidadosamente los rasgos que debe tener un futuro padre como, por ejemplo, su capacidad para aportar sustento y abrigo a la familia y su valentía para luchar contra los posibles enemigos.

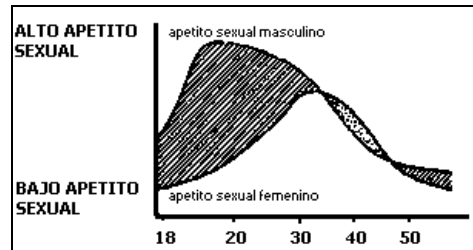
La mayoría de hombres cree que su papel como padre termina en el momento de la fecundación.

El cerebro femenino está programado para encontrar a un hombre que se comprometa a pasar el tiempo suficiente en una relación como para proteger y criar a sus hijos. Esto se refleja en las cualidades que las mujeres buscan en una pareja formal.

Los hombres son como cocinas de gas. Las mujeres como hornos eléctricos

El deseo sexual masculino es como una cocina de gas porque la chispa se enciende instantáneamente y puede funcionar a toda mecha en segundos y, del mismo modo, se puede apagar en cuestión de segundos cuando ya se ha preparado la comida. Por el contrario, el deseo sexual femenino es como un horno eléctrico, ya que se calienta despacio hasta llegar a su temperatura máxima y le lleva bastante tiempo volver a enfriarse.

La gráfica que ofrecemos muestra la media de apetito sexual femenino y masculino a lo largo de la vida. Hay que tener en cuenta que en la gráfica no se presentan factores condicionantes como nacimientos, el cortejo, la muerte, la jubilación, etc. En la gráfica hemos simplificado los datos para ilustrar las diferencias en cuanto a deseo sexual.



Gráfica 9. Apetito sexual masculino y femenino
(Fuente: Pease International Research, Reino Unido)

Los niveles de testosterona en el hombre disminuyen a medida que se va haciendo mayor y su deseo sexual decrece al mismo ritmo. Sin embargo, el deseo sexual de la mujer aumenta con la edad y llega a su cima cuando la mujer tiene de 36 a 38 años, lo que explica el fenómeno de mujeres maduras con chicos prácticamente adolescentes. Los hombres jóvenes pueden seguir el ritmo sexual que una mujer madura marca. El apetito sexual de un chico de 19 años es más compatible con el de una mujer de treinta y pico largos o ya entrada en los cuarenta. También puede observar en la gráfica que el deseo sexual de un hombre de cuarenta y tantos es compatible con el de una mujer de veinte y pocos años, lo que apoya el fenómeno de parejas en las que el hombre es mucho mayor que la mujer. Normalmente suele haber unos 20 años de diferencia entre estas combinaciones de parejas jóvenes y mayores.

Cuando decimos que el apetito sexual masculino llega a su punto álgido a la edad de 19 años y que después va decayendo progresivamente, estamos hablando de su capacidad física. Su interés por el sexo seguirá siendo elevado durante toda su vida, por lo que se puede estar tan interesado a los setenta como lo estaba a los treinta pero, obviamente, su capacidad física no será la misma. Una mujer puede mostrar mucho interés en el sexo al final de su adolescencia (porque lo asocia con el amor), pero siente un deseo sexual limitado. A los treinta puede tener el mismo interés, pero presentará unos niveles de deseo más elevados.

¿Por qué discutimos sobre sexo?

Hay que tener en cuenta que estamos hablando en términos generales sobre el apetito sexual femenino y masculino. El deseo sexual de cada persona puede variar mucho y diferir de los niveles indicados en la gráfica, pero en este libro hablamos de ambos sexos en general.

Una mujer puede tener un apetito sexual mucho mayor que el de su pareja, pero no deja de ser un caso minoritario que, de ningún modo, refleja la realidad de la mayoría. En términos generales, se puede afirmar que los hombres suelen presentar un nivel de apetito sexual mucho más elevado que las mujeres. Un estudio realizado en el Instituto Kinsey demostró que el 37% de los hombres piensan en el sexo cada 30 minutos, mientras que sólo el 11% de las mujeres presentaba esta frecuencia. Los altos niveles de testosterona en el hombre mantienen vivo su apetito sexual y, por eso cuando se trata de sexo, siempre está listo.

Cuando se trata de sexo, las mujeres necesitan una razón para lanzarse a la acción.
Los hombres sólo necesitan un sitio.

Las partes rayadas de la gráfica 9 indican las fases en las que las parejas suelen discutir más a menudo sobre cuestiones sexuales. Hasta finales de los treinta, las mujeres se quejan de que el hombre no hace más que presionarlas para que mantengan relaciones sexuales, lo que provoca resentimiento por partida doble. Muchas veces las mujeres acusan a los hombres de «utilizarlas». Hasta que no llega a los cuarenta años, el apetito sexual de la mujer no se equipara (o incluso supera) al de su pareja. Es lógico que esta reacción se produzca a esa edad, puesto que la naturaleza intenta animarla, hasta el último minuto, a tener hijos antes de que alcance la menopausia. A menudo, a los hombres entrados en los cuarenta, les coge por sorpresa este inesperado revés. A esta edad, el deseo sexual de un hombre puede ser menor que el de una mujer que tiene sus mismos años y ésta también mostrará un carácter más dominante sobre el hombre. Por eso muchos hombres se quejan de tener que «satisfacer» a sus mujeres cuando a ellas les apetece. Parece que las reglas del juego se han cambiado. La mayoría de las parejas no saben cómo reaccionar ante estos problemas y cada uno de los miembros espera que el otro entienda sus necesidades, pero la naturaleza no funciona así.

Los hombres y las mujeres tienen diferentes niveles de apetito sexual y muchas parejas presentan notables altibajos durante la semana, el mes o el año. Está de moda sugerir que los hombres y las mujeres están igual de interesados en el sexo y que las parejas normales están absolutamente equilibradas en sus

relaciones sexuales, pero estas afirmaciones no parecen responder a la realidad.

A pesar de los versos escritos por poetas y el pensamiento romántico, el sexo no es más que un cóctel hormonal elaborado en el cerebro. La testosterona es la principal hormona responsable de crear el sentimiento al que solemos llamar apetito o deseo sexual y, tal y como se expuso en el capítulo siete, el amor es sólo una combinación de reacciones químicas y eléctricas. Quienes creen que el amor es una cuestión mental están prácticamente en lo cierto. Para las mujeres, los factores psicológicos como la confianza, el cariño y el bienestar son esenciales para crear las condiciones necesarias para que el cerebro produzca el cóctel hormonal. Sin embargo, los hombres no parecen mostrar demasiadas dificultades para producir esta mezcla.

El apetito sexual y el estrés

El apetito sexual de una mujer se ve alterado, en gran medida, por los acontecimientos que ocurren a lo largo de su vida. Si sabe que está a punto de ser despedida en el trabajo, si tiene que realizar un proyecto muy difícil, si las facturas domésticas se han multiplicado, si los niños están enfermos, si se ha calado hasta los huesos cuando se ha puesto a llover o si el perro se ha escapado está claro que el sexo no entrará en sus planes. En esos casos, sólo piensa en irse a la cama y dormir.

En cambio, si le ocurre lo mismo a un hombre, él buscará en el sexo su somnífero ideal, ya que le ayudará a deshacerse de las tensiones y el estrés acumulados a lo largo de la jornada. Por ello, al final del día, lo intenta con la mujer, ella le llama caradura e insensible, él a su vez, la califica de frígida y se va a dormir al sofá. ¿Le suena familiar? Resulta curioso que cuando se le pregunta a un hombre sobre su relación, éste responda según hayan sido los servicios que ella le ha ofrecido ese día, por ejemplo, si le ha preparado un buen desayuno, si le ha planchado la camisa o le ha dado un masaje en los hombros. Ante la misma pregunta, las mujeres describen su relación según los acontecimientos más recientes, por ejemplo, si él ha estado atento con ella durante los últimos meses, si le ha ayudado en las tareas domésticas y si se ha mostrado comunicativo. La mayoría de los hombres no entienden esta diferencia. Él se puede haber comportado como un caballero durante todo el día y ella sigue rechazando sus proposiciones sexuales porque todavía está resentida por aquel insulto que le dijo a su madre hace dos semanas.

¿Son frecuentes nuestras relaciones sexuales?

En 1997/98 se realizó un estudio a parejas australianas con el fin de demostrar la frecuencia media de las relaciones sexuales en la pareja. Las personas que participaron en el seguimiento fueron seleccionados al azar y se mantuvo su anonimato en todo momento para animarles a decir la verdad.

Edad	Frecuencia de relaciones sexuales al año
20	144
30	112
40	78
50	63
60	61

Es importante tener en cuenta que sólo se trata de la cifra media, por lo que es totalmente posible que personas de 65 años tengan relaciones sexuales seis veces por semana mientras que algunos jóvenes de 20 todavía no hayan perdido la virginidad. De todas formas, estos casos serían bastante excepcionales. Resulta interesante que el 81 por ciento de las parejas entrevistadas afirmasen estar contentas con su relación sexual y, si asumimos que decían la verdad, eso significa que en las parejas tiene que existir mucha negociación para apaciguar el exceso de apetito sexual en los hombres. El porcentaje de parejas que afirma tener una relación sexual satisfactoria en los países occidentales ronda el 60 por ciento.

Un estudio norteamericano reveló que los hombres blancos parecen tener aproximadamente el mismo número de relaciones sexuales, mientras que las mujeres latinas suelen presentar mayor apetito sexual que las negras o blancas (que más o menos se sitúan a un mismo nivel) y que las mujeres negras tienen un 50 por ciento más probabilidades de llegar al orgasmo cada vez que mantienen relaciones sexuales. Los hombres asiáticos fueron los que registraron una frecuencia más baja de relaciones, lo que parece coherente con sus bajos niveles de testosterona.

Sexo en el cerebro

Una revista demográfica estadounidense sacó a la luz los resultados de una encuesta llevada a cabo por un grupo de investigadores que hicieron un seguimiento de más de 10.000 adultos en 1997 y descubrieron una conexión entre el apetito sexual y la inteligencia. Parece ser que, cuanto más inteligente seas, menos relaciones sexuales tienes o quieres tener. Los intelectuales con estudios de posgrado registraban 52 relaciones al año, comparado con las 61 veces de los graduados y licenciados universitarios y una media de 59 veces de las personas que abandonaron los estudios. Los hombres con un horario de trabajo de nueve a cinco tenían una media de 48 relaciones sexuales al año, mientras que los que trabajaban más de 60 horas a la semana, incrementaban esta cantidad hasta llegar a las 82 veces, seguramente el aumento de testosterona disparaba su capacidad laboral y sexual. Los amantes del jazz registran un 34 por ciento más de relaciones sexuales que los fanáticos del pop, mientras que los entusiastas de la música clásica se sitúan a la cola de la clasificación.

Una mujer puede sentirse a salvo con un chino al que le encanta la música clásica y tiene un trabajo a tiempo parcial, pero tiene que tener mucho cuidado con los incansables pianistas de jazz.

Los hombres reciben la testosterona por dosis, unas siete al día y la más importante (el doble de cantidad) se produce al amanecer, antes de que el hombre se prepare para ir a cazar. En general, la

testosterona en el cuerpo del hombre es un 30 por ciento más baja al atardecer, cuando en la época primitiva se sentaba al lado del fuego.

«Una mañana me desperté a las seis y mi mujer me estaba pegando en la espalda con la escoba», nos contó un hombre después de uno de nuestros seminarios. «Cuándo le pregunté qué pretendía, me contestó 'Lo estabas intentando otra vez. ¡Para variar!'»

Cómo puede mejorar el sexo su salud

Existen aplastantes evidencias a favor de los beneficios del sexo en la salud. Tener un interludio amoroso tres veces a la semana quema unos 35.000 kilojulios, el equivalente a correr 130 kilómetros al año. El sexo también aumenta los niveles de testosterona, responsables de fortificar los huesos y músculos, así como de proveer al cuerpo con colesterol bueno. El sexólogo Beverley Whipple afirma «las endorfinas, los analgésicos naturales del organismo, se liberan durante las relaciones sexuales y de ahí sus efectos calmantes de dolores de cabeza, de cervicales y artritis».

La hormona deshidroepiandrosterona, conocida como DHA, también se libera antes de llegar al orgasmo, mejorando la cognición, el sistema inmunológico, inhibiendo el crecimiento de los tumores y reforzando los huesos. En la mujer, la oxitocina, la hormona que provoca el deseo de ser tocada, se desprende en grandes dosis durante las relaciones sexuales y causa el incremento de los niveles de estrógeno. Harold Bloomfield, en su libro *The Power of Five* demostró la relación entre el nivel de estrógeno y la mejoría en los huesos y en el sistema cardiovascular de las mujeres. El efecto de estas hormonas protege el corazón y alarga la vida, por lo que el sexo es sinónimo de larga vida y menos estrés. La lista de ventajas de mantener una vida sexual activa es más y más larga.

Monogamia y poligamia

La poligamia se produce cuando un hombre y una mujer tienen más de un compañero a la vez. Puede que usted ya haya llegado a la conclusión de que la especie humana no es monógama por naturaleza. Antes de la propagación de las ideas judeocristianas, más del 80 por ciento de todas las civilizaciones eran polígamas, esencialmente por razones de supervivencia.

La mayoría de los hombres creen que la monogamia es el material del que están contruidos los muebles.

La monogamia significa que un macho está permanentemente emparejado con una hembra y es el estado natural de muchas especies, como los zorros, los gansos y las águilas. Los machos y hembras monógamos suelen ser animales del mismo tamaño y suelen dividir las tareas como padres al 50% de responsabilidad. En las especies polígamas, los machos suelen tener mayor tamaño, más colorido, son más agresivos y suelen tener menos responsabilidad en la cría de la descendencia. Los machos de los animales polígamos maduran sexualmente mucho más tarde que las hembras, por lo que los conflictos de competitividad se suelen evitar entre los machos mayores y jóvenes, machos inexpertos que tienen menos posibilidades de sobrevivir en la pelea. Los hombres encajan en la descripción de la especie polígama y esta podría ser la explicación a su constante batalla para permanecer monógamos.

¿Por qué son promiscuos los hombres?

Parece ser que el matrimonio no tiene mucho sentido en el estilo de vida de las especies animales que tienen un macho promiscuo biológicamente.

La promiscuidad se encuentra en la estructura cerebral del hombre y es un legado de su pasado. A lo largo de la historia humana, las guerras han causado estragos en la población masculina y, por consiguiente, después de cada batalla aumentaba el número de viudas que creaban una especie de harén para los hombres que volvían a salvo, asegurando así la supervivencia de la tribu o especie.

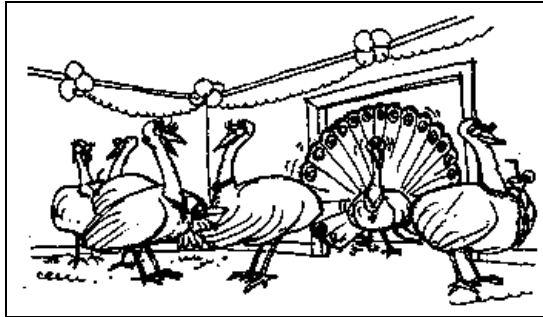
El nacimiento de un niño suponía una gran celebración, puesto que siempre se necesitaban hombres que defendiesen la comunidad. La niñas significaban decepción, ya que todas las tribus presentaban un exceso de mujeres. Durante cientos y cientos de años, se repitieron estos patrones y el hombre moderno sigue contando con un gran hipotálamo y enormes cantidades de testosterona capaces de satisfacer su antigua necesidad de procreación. La realidad es que los hombres, al igual que la mayoría de los primates y los mamíferos, no están biológicamente creados para ser completamente monógamos.

El prolífero sector de los servicios sexuales ofrece la prueba más destacable. Prácticamente la totalidad de la pornografía, de los vídeos eróticos, de la prostitución y de las imágenes calificadas como «X» están dirigidas al público masculino, demostrando que, a pesar de que la mayoría de los hombres viven en una relación monógama, su estructura cerebral pide estimulación mental polígama. También debe quedar claro que cuando exponemos la necesidad masculina de ser promiscuos, nos referimos a sus *tendencias* biológicas. De ningún modo estamos promoviendo este tipo de conducta u ofreciendo a los hombres una excusa para la infidelidad. Hoy en día vivimos en una sociedad completamente diferente a las que han tenido lugar en el pasado y nuestras tendencias biológicas pueden estar reñidas con las expectativas y necesidades actuales.

La biología humana puede ser dañina cuando no se adapta a la época en que vivimos.

Porque algo sea instintivo o natural no significa que sea beneficioso para nosotros. La estructura cerebral de un mosquito siente una atracción instintiva hacia la luz y eso permite que estos insectos puedan orientarse de noche gracias a la luminosidad de las estrellas y la luna. Desgraciadamente, el mosquito moderno vive en un mundo drásticamente diferente y hoy en día contamos con innumerables mosquiteras, cintas adhesivas y demás utensilios para atrapar a éstos y otros insectos. Al orientarse de forma natural e instintiva, gracias a la luz, el mosquito de hoy en día cae en la red y se quema o muere

instantáneamente. El hombre de hoy en día debe conocer sus impulsos biológicos como una forma de evitar la muerte, apartándose de sus tendencias naturales.



«No te gires ahora, pero el Rey de los pavos reales acaba de llegar.»

Hay un pequeño porcentaje de mujeres que son tan promiscuas como los hombres, pero su motivación suele ser diferente. Para que una mujer se excite sexualmente, su estructura mental de defensora del hogar tiene que reaccionar a una serie de criterios que van mucho más allá de la simple promesa sexual. La mayoría de las mujeres quieren una relación o al menos la posibilidad de crear ciertos vínculos afectivos antes de experimentar deseo sexual. Los hombres no son conscientes de que cuando la mujer haya establecido estos vínculos emocionales estará contenta de mantener relaciones sexuales de forma continuada al menos de tres a seis meses. A excepción del ínfimo porcentaje de ninfómanas, la mayoría de las mujeres sienten una necesidad más fuerte de mantener relaciones físicas durante el período de ovulación, que puede durar desde algunas horas hasta varios días.

Si no existiesen condicionantes, la mayoría de los hombres caerían en una continua espiral de fornicación para garantizar la supervivencia de la especie. Una encuesta llevada a cabo por El Instituto de la Salud Norteamericano, reveló que el 82% de los chicos entre 16 y 19 años manifestaban que les gustaba la idea de poder participar en una orgía con extraños, mientras que sólo el 2% de las chicas afirmaba lo mismo. El resto encontró la idea de mal gusto.

Una mujer quiere mantener intensas y frecuentes relaciones sexuales con el hombre al que ama.

Un hombre sólo quiere frecuentes relaciones.

El efecto del gallo

El gallo es un animal con alto apetito sexual que es capaz de montar gallinas casi incesantemente, más de 60 veces en una sesión particular. Sin embargo, no puede copular con la misma gallina más de cinco veces al día. A la sexta vez pierde completamente el interés y es incapaz de «mantener una erección», pero si se encuentra con una nueva gallina, podría montarla con el mismo entusiasmo con que lo hizo con la primera. Este hecho es conocido como «el efecto del gallo».

Un toro perderá el interés después de haber copulado siete veces con la misma vaca, pero su apetito se puede encender inmediatamente con la presencia de una nueva vaca. Incluso cuando le han presentado a diez nuevas vacas, su capacidad de copulación sigue siendo impresionante.

Un carnero no puede montar a la misma oveja más de cinco veces, pero puede continuar montando a nuevas ovejas con tremendo ardor. Incluso cuando se realizó la prueba de disfrazar a antiguas parejas del carnero con bolsas sobre la cabeza o con perfume éste era incapaz de montarlas. Es imposible engañarlos. Mediante este mecanismo natural, el carnero se asegura de que su semilla se dispersa lo más lejos posible para conseguir el mayor número de gestaciones y, por lo tanto, lograr la supervivencia de la especie.

Los hombres suelen bautizar a sus penes con algún nombre porque no les gusta que un extraño tome el 99% de sus decisiones por ellos.

Para los hombres jóvenes y saludables la cifra también se sitúa entorno a las cinco. Si tiene un buen día, puede mantener cinco relaciones sexuales con la misma mujer, pero no puede rematar la sexta. Sin embargo, si se le presenta a una nueva mujer, al igual que los gallos o toros, su interés (además de algunas partes de su anatomía) puede dispararse rápidamente.

La necesidad sexual de los hombres es tan fuerte que Patrick Carnes, del Instituto de Tratamiento Sexual en Los Angeles, estimó que más del ocho por ciento de los hombres son adictos al sexo, en comparación con el tres por ciento de casos femeninos.

¿Por qué a los hombres les gusta que las mujeres se vistan como busconas (pero nunca en público) ?

El cerebro masculino necesita variedad. Como la mayoría de los machos mamíferos el hombre está programado para buscar y copular con el máximo número posible de hembras sanas. Por eso a los hombres les encantan los factores de novedad como, por ejemplo, la lencería sexy en una relación monógama. A diferencia de otros mamíferos, los hombres se pueden engañar a sí mismos y creer que tienen un harén de diferentes mujeres al vestir a sus parejas con diferentes prendas y lencería sexy. Está claro que es una versión refinada de la bolsa en la cabeza para que la mujer ofrezca diferentes apariencias. La mayoría de las mujeres conocen el efecto que la lencería tiene en los hombres, a pesar de que son muy pocas las que entienden porqué es tan poderoso.

Cada Navidad, la sección de lencería de los grandes almacenes se llena de hombres que, camuflándose y disimulando, van rondando hasta encontrar un regalo sexy para sus parejas. En enero, sus

parejas hacen cola en los almacenes para devolver las prendas porque dicen: «Eso no me lo pongo yo. Yo no soy así, quiere que me vista como si fuese una prostituta». Hay que tener en cuenta que la prostituta es una vendedora de sexo profesional que ha investigado sobre las demandas del mercado y está lista para hacer una venta. Un estudio norteamericano ha demostrado que las mujeres que llevan una variedad de lencería erótica suelen tener hombres más fieles que las que prefieren la ropa interior simple. Será tan sólo una forma de satisfacer la necesidad masculina de variedad dentro de la pareja monógama.

¿Por qué los hombres son prodigios de tres minutos?

Desde que están fríos hasta que llegan al orgasmo, la media de tiempo de un hombre sano suele ser de dos minutos y medio. Una mujer sana tarda una media de 13 minutos. Para la mayoría de los mamíferos, el acoplamiento es un visto y no visto porque tienen que estar alerta de otros peligros, como los depredadores. Por eso, la rapidez era una característica natural para la preservación de las especies.

«Desde luego, como amante, eres de lo que no hay» le dijo ella. «Pues ya me dirás como lo puedes saber en sólo dos minutos» le respondió él.

Según la edad, la salud y el estado emocional, muchos hombres son capaces de mantener relaciones sexuales varias veces al día y de aguantar una erección durante un tiempo muy variado. Estos datos son bastante más impresionantes que los del mandril africano que sólo tarda de 10 a 20 segundos en copular y le basta con dar de cuatro a ocho golpes pélvicos por copulación. Sin embargo, si observamos las cifras de la rata callejera, el hombre se queda a la altura del betún. Este animal puede llegar a copular 400 veces en un período de diez horas, pero aún hay más, porque el récord lo ostenta el ratón *Shaw* que copula más de 100 veces por hora.

El juego de la pelota

«¡Hay que tener un buen par de pelotas para hacer eso!» Esta es una expresión coloquial que resalta que el ser humano, aunque sea inconscientemente, relaciona el tamaño de los testículos con la determinación. En el mundo animal, el tamaño de los testículos (en relación a la masa corporal total) es el principal factor determinante del nivel de testosterona. Sin embargo, el tamaño de esta parte no siempre se corresponde con el tamaño del cuerpo. Así, el gorila, aunque pesa cuatro veces más que un chimpancé, tiene unos testículos cuatro veces menores que los de este pequeño primate. Los testículos del gorrión son ocho veces mayores, en relación a su masa corporal, que los del águila, por lo que el pajarito cuenta con altos niveles de testosterona y, consecuentemente, con un gran apetito sexual. Ahora llegamos al punto importante: el tamaño de los testículos determina el nivel de fidelidad o monogamia de los machos. El bonobo, chimpancé africano, es el animal que cuenta con los mayores testículos del reino de los primates y copula incansablemente con cualquier hembra que se le ponga a la vista, pero el poderoso gorila, provisto de testículos pequeños en comparación, ya tiene bastante con acoplarse una vez al año, a pesar de tener su propio harén. En el cálculo de tamaño de testículos en relación a la masa corporal, los hombres se sitúan en la media de los primates, lo que significa que la producción de testosterona en los hombres es lo suficientemente alta como para animarles a la promiscuidad, pero no la excesiva como para impedir que se mantengan monógamos mediante ciertas normas impuestas por las mujeres, por la religión o la sociedad.

En vista de todo lo expuesto, parece bastante lógico pensar que líderes políticos como Bill Clinton, John F. Kennedy, Bob Hawke y Saddam Hussein tenían unos testículos más grandes de lo normal, aunque también tenemos que decir que no hemos podido comprobar estas teorías. Cuanto más grande es el tamaño, mayor es el apetito sexual y, de acuerdo con estas hipótesis, estos famosos tenían un deseo sexual superior al de la media y de ahí que necesitasen alguna válvula de escape. La sociedad sitúa a los individuos con grandes «pelotas» y altos niveles de testosterona en los cargos de poder y, sin embargo, espera que su sexualidad sea como la de un gato castrado. La realidad es que el alto apetito sexual les ayuda a escalar en las posiciones de poder y, una vez están en lo más alto, irónicamente, les empuja al vacío otra vez.

Sólo hay una solución efectiva al cien por cien para acabar con el problema de la infidelidad masculina: la castración. Así, el hombre, además de ser monógamo, no tendría que afeitarse, no se quedaría calvo y viviría más tiempo. Los estudios que se han llevado a cabo en instituciones mentales han revelado que los hombres castrados viven más, una media de 69 años, que los hombres que mantienen intactos sus niveles de testosterona en el cuerpo, con una media que se sitúa en los 56. El mismo principio se puede aplicar a su gato.

Cabe esperar que las próximas generaciones de hombres sean mucho menos potentes que los actuales. El tamaño de los testículos y la producción de esperma se ha ido reduciendo regularmente durante generaciones y las evidencias muestran que nuestros antepasados estaban provistos de unos testículos mucho más grandes que los hombres actuales y, en comparación con el resto de los primates, producen poco esperma por gramo de tejido. La media de esperma en los hombres modernos es aproximadamente la mitad que la de los hombres en la década de los cuarenta por lo que los de hoy son menos masculinos que sus abuelos.

Las pelotas también tienen cerebro

Robin Baker, de la Facultad de Biología de la Universidad de Manchester, Gran Bretaña, llevó a cabo destacadas investigaciones que demostraban que el cerebro masculino puede percibir inconscientemente la fase de ovulación de una mujer. De esta forma, su cuerpo calcula la cantidad exacta de esperma necesario para que se produzcan las máximas probabilidades de concepción. Por ejemplo, si una pareja tiene relaciones sexuales cada día, durante la fase de ovulación de la mujer, el hombre podría desprenderse de 100 millones de espermatozoides por sesión. Si no la ha visto durante tres días, la

cantidad aumentará a 300 millones por sesión y hasta 500 si no la ha visto en cinco días (incluso si ha mantenido relaciones con otras mujeres). Según los estudios biológicos, su cuerpo se desprende de la cantidad necesaria para concebir y luchar contra cualquier esperma contrario que esté presente.

Los hombres y su afán de mirar a las mujeres

Los hombres se estimulan por los ojos y las mujeres por el oído. El cerebro masculino está estructurado para admirar el cuerpo y la figura femenina y, por eso, cualquier imagen erótica tiene tanto impacto sobre ellos. Las mujeres, con sus refinados receptores de información sensorial prefieren oír palabras cariñosas y afectuosas. La sensibilidad de una mujer para escuchar halagos es tan fuerte que incluso cierra los ojos cuando el hombre le susurra tonterías amorosas.

Los concursos de Miss Universo atraen a grandes audiencias tanto de hombres como de mujeres, aunque las encuestas televisivas informan de que el número de espectadores masculinos es superior al femenino. Esto se debe a que los hombres se sienten más atraídos por la figura femenina y este tipo de concursos son una forma aceptable de admirar y observar el cuerpo de la mujer. Por el contrario, los concursos de Mr. Universo parecen ser un fracaso y muchas veces ni siquiera se retransmiten por televisión. Ni los hombres ni las mujeres muestran interés en la figura masculina porque para una mujer la atracción hacia un hombre depende también de sus habilidades, de su valentía y logros.

La mayoría de los espectadores de los concursos de Miss Universo son hombres, pero los de Mr. Universo no atraen ni excitan a nadie.

Cuando una mujer que tiene una bonita figura pasa al lado de un hombre, éste, al carecer de visión periférica, gira la cabeza, la mira y entra en un estado de trance. Se queda alelado y la saliva le empieza a chorrear, una reacción que las mujeres llaman «babear». Si una pareja está paseando y, de repente, la Srta. Minifalda se acerca por la acera contraria, la mujer, gracias a su visión periférica, anuncia su presencia mentalmente antes que el hombre. La mujer se apresura a compararse con la desconocida, normalmente criticándose a sí misma. Cuando al final el hombre se da cuenta de la chica, su pareja se enfada con él y le califica de perverso. Una mujer suele pensar dos cosas negativas en esa situación: primero, equivocadamente creerá que quizás su pareja preferiría estar con esa jovencita y, segundo, que no es tan atractiva físicamente como la otra mujer. Los hombres se sienten cautivados visualmente por las curvas, las piernas largas y las formas. *Cualquier* mujer que tenga la figura y las proporciones correctas llamará su atención.

Los hombres prefieren el físico a la inteligencia, porque ven mejor de lo que piensan.

Esa reacción no implica que el hombre quiera llevarse a la cama a la otra mujer, sino que sólo se trata de un recordatorio de su papel masculino a lo largo de la historia, de los tiempos en los que tenía que emprender una búsqueda de hembras para aumentar el tamaño de la tribu. Ni siquiera conoce a la otra mujer y nunca podría pensar en serio en mantener una relación formal con ella. Este mismo principio se aplica a los hombres que miran los pósters de las páginas centrales de las revistas. Cuando mira a una mujer desnuda, no se pregunta si tiene una personalidad agradable, si sabe cocinar o tocar el piano. Simplemente admira las curvas, la figura, es decir, sus cualidades físicas. Eso es todo. Para él no hay mucha diferencia entre mirar a una mujer desnuda y a un jamón que está colgando en el escaparate de una tienda. No es nuestra intención excusar a los maleducados que se comen con los ojos a las jovencitas que pasan por su lado. Sencillamente, tratamos de explicar que cuando un hombre admira el cuerpo de una mujer no significa que no quiera a su pareja sino que su cuerpo se ha puesto a trabajar biológicamente. Resulta curioso observar que las estadísticas revelan que en los lugares públicos, como la playa o la piscina, las mujeres admiran el cuerpo masculino más que los hombres el femenino.

¿Qué tienen que hacer los hombres?

Uno de los mejores halagos que un hombre le puede hacer a una mujer es no «admirar» inapropiadamente el cuerpo de otra mujer, especialmente en público, sino que debe ofrecer a su pareja un halago simultáneo como: «Sí, tiene bonitas piernas, pero seguro que no tiene tu sentido del humor... no le tienes nada que envidiar. Al contrario». Si se utiliza este tipo de halago en presencia de otra gente, sobre todo si son sus amigos, el hombre que ha tenido la valentía de pronunciar estas palabras obtendrá su recompensa. Las mujeres tienen que entender que el hombre está biológicamente diseñado para admirar las curvas y el cuerpo de las hembras y que, por eso, ella no se tiene que sentir amenazada. Una forma de evitar la tirantez de la situación es que la mujer tome la iniciativa a la hora de realizar un comentario sobre la otra mujer. También es necesario que los hombres entiendan que a las mujeres no les gusta este tipo de admiración y sería apropiado que la evitasen.

Lo que las parejas quieren a largo plazo

En la página siguiente se muestra el resultado de una encuesta realizada a más de 15.000 hombres y mujeres de entre 17 y 60 años y muestra, por orden de importancia, lo que las mujeres esperan de una pareja estable y lo que los hombres *creen* que las mujeres quieren.

Aunque se trata de un estudio norteamericano (el resto de los estudios carecían de una buena base de investigación) demuestra que los hombres comprenden bastante bien lo que la mujer espera de ellos. El hombre situaba «buen cuerpo» en una posición más elevada en la lista B, pero en la realizada por las mujeres no tenía tanta prioridad. El 15 por ciento de los hombres creían que tener un gran pene era importante para una mujer, a pesar de que sólo el 2 por ciento de las mujeres lo citó como tal. Algunos hombres están tan convencidos de que el tamaño del pene es crucial en una relación que los instrumentos de extensión de pene se venden en cualquier sex-shop o por catálogo.

<p>A</p> <p>Lo que las mujeres buscan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Personalidad 2 Sentido del humor 3. Sensibilidad 4. Inteligencia 5. Buen cuerpo 	<p>B</p> <p>Lo que los hombres creen que buscan las mujeres</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Personalidad 2. Buen cuerpo 3. Sentido del humor 4. Sensibilidad 5. Apariencia atractiva
--	---

Ahora observemos lo que los hombres esperan de su pareja en una relación estable y lo que las mujeres *creen* que ellos esperan.

<p>C</p> <p>Lo que los hombres buscan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Personalidad 2 Buena apariencia 3. Inteligencia 4. Sentido del humor 5. Buen cuerpo 	<p>B</p> <p>Lo que las mujeres creen que buscan las hombres</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Buena apariencia 2. Buen cuerpo 3. Pechos 4. Trasero 5. Personalidad
--	---

Como puede observar, las mujeres son menos conscientes de las prioridades del hombre en referencia a una compañera estable. Esto se debe a que las mujeres basan sus conclusiones en los rasgos de conducta que observan en los hombres, como el admirar el cuerpo de otras mujeres. La lista A responde a lo que las mujeres buscan en un hombre para iniciar una relación, ya sea a corto o a largo plazo. La lista D es lo que el hombre busca cuando conoce a una mujer y la C es lo que realmente quiere en una relación estable.

¿Por qué los hombres «sólo buscan una cosa»?

Los hombres quieren relaciones sexuales, las mujeres amor. Eso se sabe desde hace miles y miles de años, pero los orígenes de esta divergencia y qué hacer para solventarla no suelen ser un tema de conversación. Es indudable que causa innumerables disputas entre las parejas. Basta con preguntarle a una mujer qué quiere de un hombre y le contestará que le gustaría que tuviese hombros anchos, cintura delgada, buenos brazos y piernas (el cuerpo ideal de un buen cazador) y que además fuese cariñoso, atento y sensible a sus necesidades y, cómo no, un buen conversador (atributos femeninos). Desgraciadamente, esta combinación de un cuerpo masculino y valores femeninos normalmente sólo se encuentra en los hombres afeminados u homosexuales.

Un hombre necesita formarse en el arte de satisfacer a una mujer, porque no es algo que le surja instintivamente. Él es un cazador y su estructura cerebral está preparada para solucionar problemas, cazar el desayuno y luchar contra enemigos. Al final del día, sólo quiere sentarse alrededor del fuego y dar algún que otro golpe pélvico para contribuir a la población de la tribu. Para que una mujer sienta deseo sexual se tiene que sentir querida, adorada e importante para el hombre. Ahora trataremos algo de lo que poca gente se da cuenta. Mientras que el hombre necesita mantener relaciones sexuales antes de establecer vínculos afectivos, para la mujer es un requisito indispensable que exista algún lazo emocional antes de lanzarse al sexo. El hombre está programado para cazar. Su cuerpo está condicionado para realizar esta actividad llueva, nieve o haga una temperatura bochornosa. Su piel está insensibilizada a las condiciones meteorológicas para que no se quemé, tenga frío y sea menos vulnerable a las heridas. En el pasado, la vida del hombre estaba llena de momentos de lucha y muerte, por lo que quedaba poco espacio para la compasión por los demás o la comunicación. Si un hombre pasaba demasiado tiempo expresando cualquier sentimiento, mientras tanto se desconcentraba y aumentaba el riesgo de la tribu a ser atacada. Es importante que la mujer entienda el pasado del hombre y su estructura cerebral para que juntos puedan crear nuevas estrategias para solucionar sus diferencias.

A las mujeres sus madres les explican que los hombres «sólo buscan una cosa: sexo», pero esta afirmación no es del todo cierta. Los hombres buscan el amor, pero sólo lo pueden lograr *a través del sexo*.

Las prioridades sexuales de los hombres y las mujeres son tan radicalmente opuestas que parece inútil que se critiquen el uno al otro. Ninguno de los dos puede evitarlo, se comportan según sus estructuras. Además, precisamente el ser tan diferentes permite que se atraigan. Sólo las parejas homosexuales, tanto femeninas como masculinas, tienen el mismo deseo sexual y, por esta razón, estas parejas no suelen mantener unas discusiones de amor-sexo tan a menudo.

¿Por qué se acaba el sexo de repente?

La persona que dijo que para conseguir a un hombre había que satisfacer su estómago, apuntó demasiado alto. Después de una relación sexual placentera, el lado femenino del hombre sale a flote. Puede escuchar el canto de los pájaros, sorprenderse de los vivos colores de los árboles, del aroma de las flores y de las palabras de una canción. Seguro que antes de la relación sexual sólo se había dado cuenta de que los pájaros existían por los regalitos que le habían dejado en la luna delantera del coche. Es vital que el hombre sepa que esa parte femenina es la que gusta y seduce a la mujer. Si sabe practicar estos sentimientos, será capaz de provocar el apetito sexual de la mujer antes del acto. Al mismo tiempo, la mujer debe entender la importancia de satisfacer al hombre sexualmente para que esa parte sensible pueda salir al exterior y sería adecuado que le resaltase cuánto le gusta que se comporte de esa forma.

CÓMO SATISFACER SIEMPRE A UNA MUJER

Acariciándola, halagándola, mimándola, deleitándola, saboreándola, haciéndole masajes, arreglando

cosas, comunicándose con ella, ayudándola, apoyándola, dándole de comer, calmándola, tranquilizándola, haciéndole reír, estimulándola, consolándola, abrazándola, ignorando sus grasas, acurrucándose junto a ella, excitándola, protegiéndola, telefoneándola, anticipándose, besuqueándola, perdonándola, regalándole accesorios, entreteniéndola, fascinándola, confiando en ella, defendiéndola, vistiéndola, santificándola, adulándola, malcriándola, contemplándola, muriendo por ella, escuchándola, haciéndola carantoñas, idolatrándola.

CÓMO SATISFACER SIEMPRE A UN HOMBRE

Estando desnuda.

Al principio de una nueva relación, el sexo siempre juega un papel esencial y hay mucho amor. Ella le da mucho sexo y él le da a ella mucho amor, Una cosa compensa la otra. Después de algunos años, el hombre se centra en buscar comida y la mujer en criar a los hijos y limpiar el hogar y así el sexo y el amor desaparecen simultáneamente. Los hombres y las mujeres comparten su responsabilidad en que su vida sexual sea buena o mala, a pesar de que se culpan mutuamente cuando las cosas no funcionan. Los hombres tienen que entender que la mujer necesita atención, halagos y, sobre todo, mucho tiempo para calentar su horno eléctrico. Las mujeres tienen que recordar que esos sentimientos que tanto les gustan a ellas suelen aparecer después de la sesión amorosa. El hombre debe intentar recordar cómo se siente después del sexo y revivir esos sentimientos con la mujer cuando quiera volver a mantener una relación sexual. Las mujeres deben tenderle una mano y ayudarles.

La palabra clave es sexo, ya que cuando eso funciona la relación en general mejora notablemente.

¿Qué quieren los hombres del sexo?

Para los hombres es sencillo, sólo quieren liberarse de la tensión acumulada durante el día. Después del acto sexual, el hombre pesa menos (algunos dicen que se debe a que su cerebro está vacío) porque ha perdido parte de su cuerpo y tiene que descansar y recuperarse. Por eso la mayoría de los hombres se duermen después del acto. Las mujeres se enfadan y creen que son unos egoístas que sólo quieren satisfacer sus necesidades.

Los hombres también utilizan el sexo como un medio para expresar físicamente lo que son incapaces de comunicar emocionalmente. Si un hombre tiene un problema, por ejemplo, para encontrar un nuevo trabajo, pagar un préstamo o resolver una discusión, empleará el sexo como un catalizador de intensidad de sus emociones. Las mujeres no lo entienden y se resienten, puesto que les parece que «son utilizadas», sin llegar a comprender que se trata de una forma de expresar sus problemas.

Los hombres tienen fantasías de mantener relaciones sexuales con dos mujeres. Las mujeres también tienen las mismas fantasías porque así, cuando el hombre se duerme, tienen a alguien para hablar.

Hay algunos problemas que no se pueden resolver por esta vía. Los tests muestran que los hombres que encauzan sus problemas en el sexo tienen dificultad para oír, pensar, conducir u operar con maquinaria pesada. También se ha comprobado que sufren una especie de desorden temporal, ya que para ellos tres minutos son como quince. Si una mujer quiere que un hombre le dé una respuesta inteligente, tendrá que esperar a interrogarlo después del acto, cuando tiene la mente clara.

¿Qué quieren las mujeres del sexo?

Para que un hombre se sienta completo después de mantener una relación sexual, tiene que haberse liberado de la tensión. Una mujer tiene una necesidad opuesta, ya que tiene que crear una acumulación de atención y palabras cariñosas para que sienta el deseo. Él quiere vaciarse, mientras que ella quiere llenarse. El poder entender esta diferencia convierte a los hombres en amantes afectuosos. La mayoría de las mujeres necesitan al menos 30 minutos de calentamiento antes de pasar a la acción. Los hombres sólo necesitan 30 segundos y la mayoría considera que llevarla a casa en coche ya realiza la función de calentamiento.

Adán fue el primero.

Claro, los hombres siempre son los primeros en todo.

Después del acto sexual, una mujer presenta altos niveles hormonales y se siente lista para comerse el mundo. Ella quiere caricias, abrazos y conversación. Sin embargo, el hombre, si es que todavía no se ha dormido, se retira a «hacer algo», como cambiar una bombilla o hacer café. Esto se debe a que el hombre necesita sentir que controla la situación en todo momento y, puesto que durante el orgasmo parece un poco descontrolado, levantarse y hacer algo le permite recuperar el mando.

¿Por qué los hombres no hablan durante el acto sexual?

Los hombres son incapaces de hacer dos cosas a la vez. Cuando un hombre experimenta una erección tiene dificultades para hablar, oír o conducir y por eso no suele hablar mientras mantiene relaciones sexuales. A veces la mujer tiene que escuchar la respiración del hombre para controlar su progreso. A los hombres les encanta que las mujeres les digan «cosas sucias» al oído como lo que harían por ellos, pero sólo *antes* del acto, no durante. Un hombre puede perder la concentración (y la erección) cuando una mujer le habla durante la copulación. En este momento, el hombre está utilizando el hemisferio cerebral derecho y los escáners cerebrales demuestran que está tan inmerso en la actividad que está prácticamente sordo.

Para que un hombre hable durante el acto sexual tiene que conectar su hemisferio cerebral izquierdo. La mujer no tiene ningún problema para compaginar sexo y habla.

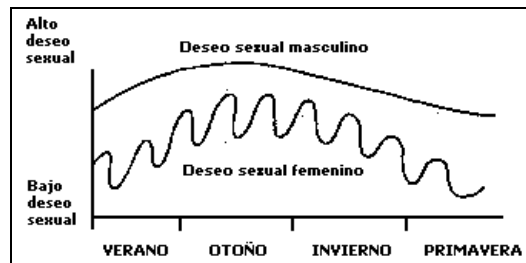
Para una mujer hablar es un elemento crucial en el calentamiento porque las palabras lo significan todo para ella. Si durante el acto, el hombre deja de hablar ella puede pensar que él no la quiere. El hombre necesita expresarle mucho amor durante los ejercicios de calentamiento para que la mujer se sienta satisfecha. Por su parte, el hombre quiere que la mujer se calle durante el acto, que sólo emita sonidos vocales como «ooh» y «aah», para mantener su interés y mostrarle que está consiguiendo su objetivo. Si una mujer habla en esos momentos, el hombre se ve obligado a responder y todo se puede ir al garete.

El cerebro de la mujer no está estructurado para responder a los elementos químicos del deseo sexual de una forma tan radical como la del hombre. Durante la relación sexual, la mujer está al tanto de cualquier sonido o cambio del entorno mientras que el hombre estará concentrado en su tarea. Se trata de la antigua biología de la hembra cuidadora del hogar en acción. Controla cualquier sonido para asegurarse de que no hay nadie acechando a sus retoños. Como muchos hombres saben, persuadir a una mujer para hacer el amor en un sitio público o en una habitación con paredes finas o puertas sin cerrojo puede ser la mejor manera de empezar una discusión, pero curiosamente este miedo infundado coincide con la fantasía sexual secreta de muchas mujeres: hacer el amor en un lugar público.

El objetivo del orgasmo

«Sólo me utiliza cuando quiere y después si te he visto no me acuerdo. ¡Odio ser un objeto sexual!» *Nunca* se han oído estas palabras en boca de un hombre. La satisfacción de un hombre es llegar al orgasmo y, erróneamente, asume que lo mismo le ocurre a la mujer. «¿Cómo puede sentirse satisfecha sin orgasmo?», se pregunta él. Un hombre es incapaz de imaginarse esa situación y por eso utiliza el orgasmo de la mujer como una medida de su éxito como amante. Esta expectativa presiona mucho a las mujeres y no hace más que disminuir sus probabilidades de llegar al orgasmo. Una mujer necesita sentirse a gusto, necesita palabras cariñosas y crear poco a poco unos sentimientos de deseo, por eso contempla el orgasmo como un plus, en vez de ser el objetivo a conseguir. El hombre necesita llegar al orgasmo, mientras que éste no es una prioridad para la mujer. Los hombres consideran a las mujeres sus espejos sexuales y por eso no hacen más que moverse de arriba abajo y empujar, puesto que creen que eso es lo que la mujer quiere. Observe la siguiente gráfica y estudie los puntos altos y bajos del apetito sexual en la mujer a lo largo del año. Los momentos álgidos se relacionan con el sentimiento de desear un orgasmo, normalmente durante la fase de ovulación, y los momentos bajos reflejan su necesidad de abrazos y de afecto, más que de toqueteo sexual.

Una fantasía común entre muchos hombres es que una sensual desconocida se les acerca y les encuentra irresistible. Él tiene que satisfacer todas sus necesidades. *Todas*. El hombre mide su destreza como amante en relación con el nivel de satisfacción *de la mujer* y por eso observa continuamente sus reacciones para ver cómo va la cosa.



Deseo sexual femenino y masculino

(Fuente: Pease International Research, Reino Unido)

Los hombres no fingen el orgasmo.

Ningún hombre quiere poner adrede esa expresión en su cara.

La mayoría de los hombres carecen de facultades para percibir los sentimientos íntimos de la mujer durante el acto sexual y esta es la razón de que el orgasmo sea tan importante para ellos. Es una forma de asegurarse de que ha hecho una buena faena y ha conseguido su objetivo. Los hombres no suelen entender que el orgasmo es un imperativo para el hombre, pero no siempre lo es para la mujer. Para ella, el orgasmo normalmente es un extra, pero nunca constituye la medida.

¿Qué es lo que nos excita?

A continuación presentamos una lista de formas de excitar a ambos sexos que en sí resulta bastante ilustrativa de la falta de entendimiento entre la pareja sobre sus necesidades sexuales. La lista de preferencias es un reflejo de la estructura cerebral femenina y masculina. Los hombres son más visuales y quieren sexo. Las mujeres poseen mejores facultades auditivas, más sentimientos y prefieren ser acariciadas y vivir una relación romántica.

Lo que excita a las mujeres

1. Romanticismo
2. Compromiso
3. Comunicación
4. Intimidad
5. Caricias

Lo que excita a los hombres

1. Pornografía
2. Desnudo femenino
3. Variedad sexual
4. Lencería
5. Su disponibilidad

Biológicamente, el hombre está preparado para encontrar el máximo número de mujeres sanas e intentar concebirlas. El papel biológico de la mujer es poder quedar fecundada y encontrar a un compañero que le ayude a criar a los niños. Ambos sexos siguen condicionados por estos papeles antiguos, a pesar de estar viviendo en la era en la que se proclama que la supervivencia ya no es relevante. Por eso el compromiso significa tanto para la mujer, puesto que, además del lado romántico, subyace la promesa del hombre de ayudar a criar a la descendencia. De ahí que las mujeres se aferren a la monogamia, tema que trataremos en el próximo capítulo.

Las mujeres deberían evitar criticar la necesidad de estimulación visual de los hombres y éstos deberían hacer lo mismo con el impulso comunicador de la mujer. La respuesta está en compaginar ambas necesidades.

¿Por qué los hombres son tratados injustamente?

Las cosas que excitan a los hombres están calificadas de sucias, de mal gusto, vulgares o perversas. Suelen ser las mujeres las que pronuncian estos adjetivos peyorativos, ya que a ellas estos artículos no les provocan ningún entusiasmo, al igual que los hombres no llegan a comprender cómo las mujeres se pueden excitar por las cosas anteriormente listadas.

En general, la sociedad alaba los momentos memorables en películas, libros o anuncios con los que las mujeres se excitan y condena los de los hombres por ser pornográficos o vulgares. Sin embargo, desde un punto de vista biológico, ambos sexos necesitan estos factores para poder sentirse estimulados. La crítica social de los estimulantes masculinos les conduce a ocultar el *Playboy* y a negar que tienen fantasías secretas. Las necesidades de muchos hombres siguen sin satisfacerse y muchos experimentan sentimientos de culpabilidad o resentimiento. Cuando un hombre y una mujer son capaces de entender la historia y la evolución de sus deseos, resulta mucho más sencillo aceptar, sin enfados o rencores, la forma de ser del otro sexo. Nadie debería sentirse obligado a hacer algo a disgusto, pero una conversación sincera sobre las necesidades de cada uno podría fomentar una relación mucho más comprensiva y afectuosa. El hombre también necesita entender que organizar una cena romántica o un fin de semana íntimo implica mucho menos esfuerzo por su parte que para una mujer ponerse un ligero y colgarse de la lámpara de araña.

El mito afrodisíaco

De los cientos y cientos de afrodisíacos de los que se habla, todavía no se ha demostrado que ninguno funcione. Tienen algún efecto, pero todo es fruto del *efecto placebo*: si realmente cree que funcionará, probablemente así será. Algunos de los llamados afrodisíacos pueden tener efectos negativos, al inhibir o reprimir el deseo sexual, sobre todo cuando irritan los riñones, causan picores y salpullidos. Los únicos afrodisíacos que tienen garantía de funcionamiento son los que expusimos en la lista de elementos excitantes.

Los hombres y su pornografía

A los hombres les encanta la pornografía y las mujeres la detestan. Las imágenes, al mostrar curvas, cuerpos y sexo, atraen instantáneamente las necesidades biológicas del hombre, pero la mayoría de las mujeres creen que es un ejemplo de la dominación de hombres insensibles sobre la mujer. No existen evidencias que prueben la relación entre la pornografía y los ataques sexuales. Sin embargo, estas imágenes podrían dañar psicológicamente tanto a los hombres como a las mujeres porque se ven a hombres que aguantan su erección cual burros durante horas y horas. Sin duda, esta visión podría causar estragos en las expectativas del hombre sobre sus facultades sexuales.

¿Cuál es la diferencia entre erotismo y perversión?

Erotismo es cuando se utiliza alguna que otra pluma. Perversión es cuando se utiliza el pollo entero.

La pornografía también implica que las mujeres tienen los mismos criterios de excitación visual y física que los hombres y que su apetito sexual es igual o superior al del hombre. Al mostrar cómo son tratadas como objetos sexuales y una visión totalmente inverosímil de mujeres hambrientas de sexo, éstas pueden ver dañada su autoestima. Sin embargo, las encuestas realizadas entre jóvenes de 18 a 23 años revelan que, mientras que el 50 por ciento de los hombres creen que su vida sexual no es tan satisfactoria como la que muestran las películas, la televisión y las revistas, el 62 por ciento de las mujeres creen que su vida amorosa es igual o mejor que las descripciones de los medios de comunicación. Parece ser, pues, que los hombres están más afectados por las expectativas que las mujeres.

¿Hay mujeres obsesionadas con el sexo?

Si extraterrestres aterrizasen sobre la Tierra y observasen las revistas, libros y películas de hombres y mujeres, pronto llegarían a la conclusión de que las mujeres son unos seres con un alto apetito sexual, multiorgásmicas y guerreras. Si los extraterrestres continuasen viendo vídeos de pornografía entonces ya se disiparía cualquier pequeña duda y corroborarían que las mujeres tienen un apetito sexual insaciable y mantienen relaciones sexuales con cualquier hombre y bajo cualquier circunstancia. Ésta es la imagen que se espera que las mujeres adquieran según los medios de comunicación. En realidad, las voraces ninfómanas prácticamente sólo existen en la imaginación de los hombres y en la realidad sólo afecta al uno por ciento de las mujeres. La mujer moderna tiene dificultades en creer a un hombre que le asegura que se siente atraído por su figura desnuda si no se corresponde con la de las modelos de pasarela. Esta imagen mediática sólo afecta a los hombres y las mujeres modernas porque sus padres y abuelos nunca se tuvieron que enfrentar a la idea de que las mujeres poseen el apetito sexual de un hombre. Sin embargo, muchas mujeres hoy en día se sienten raras o fuera de lo normal, o incluso frías, porque no se corresponden con la imagen que propagan los medios de comunicación. Los hombres han sido coaccionados a creer que las mujeres tienen un gran apetito sexual y eso hace que los hombres se irriten

y se sientan frustrados cuando ellas no inician el prelude amoroso. Con titulares como: «Aprenda a ser multiorgásmica en sólo cinco días», «Cómo conseguir un amante europeo», «Hágale durar horas», «Tuve 300 amantes en tres años» y «Cómo hacer que mantenga su erección toda la noche» no es sorprendente que los hombres y las mujeres se sientan confusos y crean que la mujer está obsesionada con el sexo.

El movimiento feminista liberó la actitud de la mujer moderna a la sexualidad, pero no aumentó su necesidad biológica de mantener relaciones sexuales.

El apetito sexual de las mujeres ha sido el mismo durante miles de años y lo único que ha cambiado es que ahora es un tema normal de conversación. El deseo sexual de la mujer moderna seguramente no difiere demasiado del de su madre o abuela, pero en las antiguas generaciones era un tema tabú y no se hablaba de ello. Antes de que se comercializasen las píldoras anticonceptivas, la frustración sexual debía ser bastante alta, pero no tanta como los medios de comunicación nos hacen creer.

¿Luces apagadas o encendidas?

Como ya sabemos, los hombres son visuales respecto al sexo y les encantan las curvas, las figuras, los desnudos y la pornografía. El instituto Kinsey obtuvo como resultado de una encuesta que el 76 por ciento de los hombres afirmaban que querían mantener relaciones sexuales con la luz encendida, frente a la módica cifra de un 36 por ciento de mujeres. En general, las mujeres no se sienten estimuladas al observar cuerpos desnudos, a menos que sea la imagen romántica de una pareja con un paisaje sugestivo de fondo. Cuando el hombre ve a una mujer desnuda se siente muy estimulado y excitado. La mujer, por el contrario, tiene que hacer esfuerzos para no soltar una carcajada.

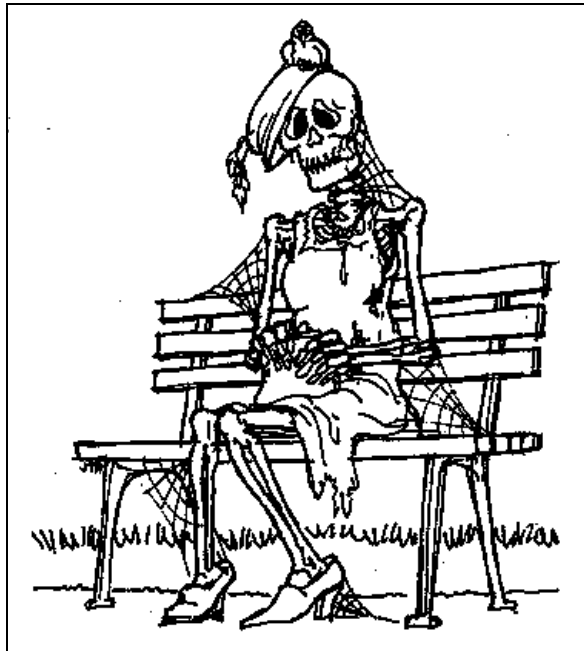
A las mujeres les gustan las palabras y los sentimientos. Prefieren realizar el acto sexual con las luces apagadas, muy tenues o con los ojos cerrados, ya que eso no les impide sentir otras emociones gracias a su refinado equipo sensorial. Las caricias, los roces sensuales y las palabras afectuosas que se susurran es lo que realmente excita a una mujer. Muchas revistas femeninas añaden en sus páginas centrales pósters de hombres desnudos e intentan persuadir las de que las actitudes hacia el desnudo son las mismas que las del hombre. Estas páginas centrales parecen no tener demasiado éxito entre las mujeres, a pesar de que se ha comprobado que aumenta el número de lectores... gays.

La mayoría de las mujeres prefieren mantener relaciones sexuales con la luz apagada...

No pueden aguantar ver como el hombre se divierte

A los hombres les gusta con la luz encendida para no confundir el nombre de la mujer.

Todos los intentos de vender películas porno al público femenino han fracasado, aunque a finales de la década de los noventa se ha producido un incremento en la venta de calendarios semidesnudos, que incluso sobrepasó la venta de los de mujeres desnudas. Se ha comprobado que los compradores de calendarios de hombres desnudos se clasifican en tres grupos: las adolescentes que quieren imágenes de su película favorita o artista de rock, las mujeres que los quieren para gastarle una broma a una amiga y los hombres homosexuales.



ESPERANDO A DON PERFECTO

Una pareja, es decir, un hombre y una mujer, ha sido la forma de convivencia ideal para los humanos durante mucho tiempo. Normalmente era un acuerdo mediante el cual el hombre mantenía a su hembra preferida y, si se lo podía permitir, a otras cuantas hembras junto con algunos que otros encuentros esporádicos.

El matrimonio moderno fue una invención de los ideales judeocristianos y tenía un claro propósito: mantener su religión. Al convencer a dos adultos para que se comprometían a seguir una norma de obediencia a un Dios, la descendencia del matrimonio automáticamente crecerá en la religión de los padres. Sin embargo, cualquier actividad humana que esté envuelta en elaborados rituales y declaraciones públicas suele ser contraria a la biología humana y no tiene otro propósito que intentar que dos personas hagan algo que no harían de forma natural. Los pájaros de color anaranjado no necesitan una gran ceremonia para «casarse», ya que es su estado biológico natural. Insistir en que animales polígamos, como el carnero, contraigan matrimonio es igual de ridículo. Con esto no queremos decir que el matrimonio no tenga sentido en la sociedad moderna, puesto que nosotros, los autores, estamos casados, sino que queremos expresar la necesidad de entender el origen, la historia y la relación del ser humano con la biología.

El matrimonio también tiene su lado bueno. Le enseña a ser leal, paciente, tolerante, a saber dominar y a manifestar otras muchas valiosas cualidades que no necesitaría si continuase soltero.

De ser así, ¿qué ventajas tiene el matrimonio para un hombre? En términos evolucionistas ninguna. El hombre es como un gallo que tiene la necesidad de diseminar su semilla genética cuanto más lejos y a menudo posible. A pesar de todo, la mayoría de los hombres contraen matrimonio, después se divorcian, se vuelven a casar o viven en estado de convivencia en pareja. Este hecho demuestra la notable habilidad de la sociedad para restringir la necesidad biológica de promiscuidad en los hombres.

El sexo es el precio que las mujeres pagan a cambio del matrimonio.
El matrimonio es el precio que los hombres pagan a cambio del sexo.

Ante la pregunta: «¿Qué le aporta a usted personalmente el matrimonio?» la mayoría de los hombres dirían entre dientes que tener un hogar, que les cocinen y les planchen la ropa. Resumiendo, el hombre quiere que su mujer sea una especie de cruce entre su madre y una sirvienta. El famoso psicoanalista Sigmund Freud afirmó que este tipo de hombres seguramente tienen una relación madre-hijo con su pareja. Sólo el 22 por ciento de los hombres mencionó que lo mejor del matrimonio es que su pareja es su mejor amigo. Normalmente el mejor amigo de un hombre es otro hombre porque puede entender perfectamente su forma de pensar. Cuando preguntamos a las mujeres: «¿Quién es su mejor amigo/a?» el 86 por ciento respondió que otra mujer. En otras palabras, alguien con una estructura cerebral similar.

Cuando los hombres pasean hasta llegar al altar, seguramente piensan que se trata del principio de una cadena interminable de sexo, pero estas expectativas, nunca discutidas *antes* del matrimonio,

parecen no ser compartidas por la mujer. Aún así, las encuestas revelan que los hombres casados mantienen más relaciones sexuales que los solteros, ya que los casados que contaban de entre 25 a 50 años mantenían una media de tres actos sexuales a la semana y sólo la mitad de los solteros alcanzaba dicha cantidad. La media de actos del hombre soltero era menor a una vez a la semana. En 1997 en Australia el 21 por ciento de los solteros no habían mantenido ninguna relación durante ese año y el tres por ciento de los casados se encontraba en la misma situación. Como ya hemos expuesto en capítulos anteriores, el sexo es muy beneficioso para la salud. También se ha comprobado que los hombres solteros o viudos tienen un índice de mortandad más prematuro que los hombres casados.

¿Por qué las mujeres se aferran a la monogamia?

A pesar de que en las sociedades occidentales el matrimonio ya no tiene la fuerza que antaño desde el punto de vista jurídico, sigue siendo la ambición de la mayoría de las mujeres y el 91 por ciento de las personas siguen contrayendo matrimonio. Este hecho se debe a que casarse, para la mujer, es una declaración ante el mundo entero de que hay un hombre para quien ella es «especial» y que quiere mantener una relación monógama con ella. Este sentimiento de ser «especial» tiene un enorme efecto en la acción química del cerebro femenino, que se evidencia en las investigaciones que demuestran que el número de orgasmos femeninos se multiplica de entre cuatro a cinco veces en la cama conyugal y de dos a tres veces en una relación monógama.

Entre la gente mayor también existe la creencia de que los jóvenes consideran el matrimonio una ceremonia arcaica. Una encuesta realizada en 1998 a 2.344 estudiantes universitarios, tanto varones como hembras, de entre 18 y 23 años evidenció que este no es el sentimiento general. Cuando se les preguntó sobre el compromiso en la pareja, el 84 por ciento de las mujeres, frente al 70 por ciento de hombres, dijo que les gustaría casarse algún día. Sólo el cinco por ciento de los hombres y el dos por ciento de las mujeres afirmaron que el matrimonio estaba obsoleto.

El 92 por ciento de ambos sexos reconoció que la amistad era más importante que las relaciones sexuales. Cuando se les exponía la posibilidad de casarse con una persona para toda la vida, al 86 por ciento de las mujeres les gustaba la idea y el 76 por ciento de los hombres se mostraron igual de positivos. Sólo el 35 por ciento de las parejas creía que las relaciones de hoy en día eran mejores que las de la generación de sus padres. La fidelidad era una de las prioridades en la lista de las mujeres con un 44 por ciento cuando éstas contaban con menos de 30 años, añadiendo que terminarían la relación ante una infidelidad. Entre las mujeres que estaban entradas en la treintena sólo el 32 por ciento afirmaba que terminaría la relación por este motivo, una cifra que aún decaía más en las mujeres de 40 años, con un porcentaje de 28 por ciento y tan sólo del 11 por ciento en las mujeres de más de 60 años. Estas cifras demuestran que cuanto más joven es una mujer, más firme será con un hombre infiel y más importancia le otorgará a valores como la fidelidad y la monogamia.

Los hombres no entienden esta diferencia. Ellos creen que una cana al aire no tiene porqué arruinar su matrimonio, ya que tienen una facilidad increíble para separar el sexo del amor en su cerebro. Sin embargo, en las mujeres ambos son inseparables y un desliz amoroso con otra mujer puede constituir la amenaza final y una buena razón para terminar una relación.

¿Por qué los hombres evitan el compromiso?

Un hombre que está casado o inmerso en una larga relación siempre se está preguntando si los solteros obtienen más sexo y diversión que él. Se imagina fiestas salvajes de solteros, relaciones de aventura y sin compromiso y jacuzzis llenos de supermodelos desnudas. Tiene miedo de que las oportunidades le estén pasando por delante sin darse ni cuenta. El hombre nunca tiene en cuenta que cuando estaba soltero estas oportunidades nunca se le presentaban. Se olvida completamente de las tardes que se pasaba solo comiendo comida fría de lata, los rechazos humillantes que recibía de las mujeres en las fiestas en frente de sus amigos y los largos períodos sin sexo. Sin embargo, él no lo puede evitar y se preocupa de que compromiso sea igual a perder oportunidades.

Los hombres quieren esperar a que llegue su pareja ideal, pero lo único que hacen es envejecer.

¿Dónde se localiza el amor en el cerebro?

La antropóloga norteamericana Helen Fisher de la Universidad de Rutgers, Nueva Jersey, ha sido la pionera en impulsar una investigación con escáners cerebrales para intentar localizar la posición del amor en el cerebro. A pesar de que su investigación todavía se encuentra en las fases preliminares, ya ha localizado tres tipos de emoción en el cerebro: la lujuria, el enamoramiento ciego y el sentimiento de apego. Cada una de estas emociones tiene su propia química cerebral que actúa cuando la persona se siente atraída hacia alguien. En términos biológicos, estos tres componentes del amor han evolucionado para asegurar la función vital de la reproducción. Una vez que la concepción se ha efectuado, el sistema se desactiva y el proceso amoroso se para.

La primera fase, la lujuria, es la atracción física (no verbal) que ya hemos expuesto anteriormente. En cuanto a la segunda fase, Fisher afirma que «el enamoramiento ciego es una fase en la que una persona se mete dentro de nuestra mente y no nos la podemos quitar de encima. El cerebro se centra en las cualidades positivas de esta persona e ignora todos sus defectos».

El propósito del enamoramiento ciego no es más que el intento cerebral de establecer algún vínculo con una posible pareja y la sensación es tan fuerte que puede causar una euforia extraordinaria. Si alguien es rechazado también se puede sentir sumamente desesperado y el sentimiento hacia la otra persona se puede convertir en obsesión. En algunos casos extremos, puede conducir al asesinato. En la fase de enamoramiento, poderosos elementos químicos se liberan en el cerebro y son los causantes de los sentimientos de alegría y euforia. La dopamina aporta la sensación de bienestar, la feniletanolamina incrementa los niveles de estimulación, la serotonina crea un sentimiento de estabilidad emocional y la

noradrenalina crea un sentimiento de poder conseguir todo lo que se quiera. Un adicto al sexo es aquella persona que no puede vivir sin el cóctel hormonal de la fase del enamoramiento y quiere sentirse así permanentemente. Sin embargo, este sentimiento es pasajero y normalmente tiene una duración de entre tres y doce meses, época en que muchas parejas equivocadamente la califican de amor. En realidad, sólo se trata de un truco de la naturaleza para garantizar que el hombre y la mujer están unidos el tiempo necesario para procrear. El peligro durante esta fase es que ambos miembros de la pareja creen que sus deseos sexuales se encuentran en una perfecta armonía, pero eso se debe a que realizan el acto como si fuesen conejos. Sus diferencias de apetencia sexual se empiezan a evidenciar cuando la fase de enamoramiento termina y empieza la fase de apego.

El enamoramiento es un truco biológico de la naturaleza para garantizar que el hombre y la mujer estén unidos el tiempo suficiente para procrear.

Cuando la realidad gana terreno al enamoramiento ciego, uno o ambos de los miembros de la pareja rechaza al otro o superan la fase y pasan a la tercera, el sentimiento de apego, que se centrará en establecer un vínculo de colaboración que durará el tiempo necesario para poder criar a los hijos. A medida que se vayan produciendo avances tecnológicos y que vaya progresando la investigación, Fisher espera desarrollar una fórmula para entender la localización cerebral del amor y muchas otras sensaciones en los hombres y las mujeres. El poder comprender estas tres fases hace que sea mucho más fácil aceptar la etapa de enamoramiento y prepararse por si se produce la otra cara de la moneda.

Amor. ¿Por qué los hombres se enamoran y las mujeres se desenamoran?

Se dice que el amor resulta bastante confuso y eso es particularmente cierto en el caso del hombre. A los hombres les sale la testosterona hasta por las orejas por lo que fácilmente caen en la fase de lujuria que les conduce al enamoramiento. Durante la fase del enamoramiento, la testosterona aviva tanto el deseo del hombre que muchos no saben dónde está arriba, abajo o al lado. En realidad cuando el deseo y el enamoramiento les ataca puede darles muy fuerte. La mujer que le parecía tan excitante e inteligente anoche puede no parecer tan atractiva por la mañana, cuando amanece, por no hablar de su inteligencia. Sin embargo, los centros de la emoción y la razón están mejor conectados en el cerebro femenino (no tiene tanta cantidad de testosterona) y, por consiguiente, resulta más sencillo para ella evaluar si el hombre sería una pareja adecuada. Por eso es la mujer la que pone fin a la mayoría de las relaciones y esa también es la razón de que haya tantos hombres confundidos errando por el mundo. Las mujeres son amables en sus palabras incluso cuando abandonan a un hombre. En muchas cartas de separación, la mujer dibuja una cara sonriente al final o le dice al hombre que siempre le querrá.

¿Por qué los hombres son incapaces de decir «te quiero»?

Decir «te quiero» no constituye el menor problema para una mujer. La estructura cerebral femenina crea un mundo lleno de sentimientos, emociones, comunicación y palabras. Una mujer sabe que cuando se siente cómoda, querida, adorada y está en la fase de apego, seguramente está enamorada, pero un hombre nunca está seguro de lo que es el amor y siempre está confundido entre la lujuria, el enamoramiento ciego y el amor. Sólo sabe que no le puede quitar las manos de encima y... ¿será eso amor? Su cerebro está ciego de testosterona, tiene una erección constante y no puede pensar. A menudo sucede que tienen que pasar años y años para que un hombre reconozca que estuvo enamorado de una mujer, pero siempre lo hace retrospectivamente. Las mujeres saben distinguir cuando no están enamoradas y por eso terminan las relaciones.

Muchos hombres padecen compromisofobia. Tienen pánico a pronunciar la palabra que empieza por «A» porque los comprometerá para toda la vida y significará el adiós definitivo a cualquier oportunidad de estar con modelos desnudas en un jacuzzi. Cuando un hombre tiene la valentía de pronunciar estas palabras, lo quiere decir delante de todo el mundo, propagarlo a los cuatro vientos. Sin embargo, muchos hombres no se dan cuenta del incremento de orgasmos de la mujer hasta que no han pronunciado la palabra que empieza por «A».

Las mujeres se dan cuenta cuando no están enamoradas. Por eso suelen ser ellas las que ponen fin a las relaciones.

¿Cómo es posible que los hombres separen amor de sexo?

Es extraño que una mujer que sea feliz con su matrimonio tenga un desliz amoroso, pero ese mismo hecho parece muy común en los hombres casados. El 90 por ciento de las relaciones extramatrimoniales las inicia el hombre y más del 80 por ciento las termina la mujer. Esto se debe a que la mujer se da cuenta de que esa relación no conlleva promesas a largo plazo y ella no quiere una relación basada en el sexo. El cerebro masculino, con su gran habilidad para separar el amor del sexo, gracias a su cerebro estructurado en compartimentos, le permite sentir sólo una de las dos sensaciones. Por eso, muchas veces se siente feliz con una buena relación física. Todavía no se sabe con exactitud dónde está localizado el amor en el cerebro, pero las investigaciones indican que el cerebro femenino tiene una interconexión entre su centro amoroso y su centro sexual (el hipotálamo) y que el primero se tiene que activar antes de que el segundo pueda funcionar. En los hombres, no parece tan obvio que existan estas interconexiones y esta podría ser la causa de que puedan activar ambos sentimientos por separado. Para un hombre, el sexo es sexo y el amor es amor, y sólo a veces ambos sentimientos se dan a la vez.

La primera pregunta que una mujer le hace a un hombre al que ha descubierto un ligue extramatrimonial es: «¿Quieres a esa mujer?» El hombre suele contestar: «No. Sólo era algo físico. No significaba nada» y seguramente estará diciendo la verdad porque para él el sexo y el amor son dos cosas distintas. El cerebro de la mujer no está estructurado para entender o aceptar esta respuesta y, por esta

razón, a las mujeres les cuesta tanto creer a los hombres que afirman que no significaba nada porque, para ellas, el sexo equivale al amor. En la mente de una mujer, no es el acto físico con la otra mujer lo que duele tanto, sino la violación del contrato emocional de confianza que ella había depositado en él. Si una mujer tiene una relación y afirma que no significaba nada, seguramente estará mintiendo. Para que una mujer establezca una relación física tiene que haber establecido antes algún tipo de relación emocional con el hombre nuevo.

Para las mujeres, el sexo y el amor van interrelacionados. El uno implica el otro.

Cuando las mujeres hacen el amor, los hombres sólo practican sexo

Un antiguo refrán dice que hacer el amor es lo que la mujer hace mientras que el hombre la penetra. Su significado real causa frecuentes peleas ente las parejas en todo el mundo. El hombre lo llamará «sexo», mientras que la mujer reaccionará negativamente a esta palabra. Una mujer lo llama «hacer el amor», queriendo decir que se necesita sentir amada y experimentar sentimientos de amor antes de querer sexo. Para la mayoría de las mujeres, el acto del «sexo» se suele observar como un acto que no implica amor y gratuito porque el cerebro femenino no lo identifica con su definición.

Cuando un hombre dice «sexo» a veces se refiere sólo al sexo físico, pero eso no significa que no quiera a la mujer. Cuando un hombre quiere «hacer el amor» seguramente seguirá llamándolo «sexo». Esta cuestión lingüística puede tener repercusiones negativas en la conducta de la mujer, pero utilizar la expresión «hacer el amor» hace que muchos hombres se sientan afeminados o crean que están mintiendo, porque a veces ellos sólo quieren tener relaciones sexuales. Cuando los hombres y las mujeres comprenden la perspectiva del otro y están de acuerdo en evitar juzgarse por las palabras que utilizan, este obstáculo deja de ser una traba en sus relaciones.

«Ha dormido usted con esta mujer», pregunto el juez.

«No su señoría... le juro que no pegamos ojo en toda la noche.»

¿Por qué los buenos amigos resultan atractivos?

Los estudios realizados por el Instituto Kinsey revelan que en el momento de hacer el amor la percepción que el hombre tiene sobre la mujer está relacionada con la profundidad de sus sentimientos por ella. Esto significa que él la considerará más atractiva si está loco por ella, a pesar de que otra gente considere que esa mujer desnuda debe ser peor que el muñeco Michelin. Sin embargo, si no siente nada por ella, no la encontrará particularmente atractiva, aunque se trate de una chica de belleza impresionante. Cuando un hombre se siente atraído por una mujer, el tamaño de sus caderas deja de ser importante. En realidad, para él son perfectas. Así, aunque la apariencia física de una mujer sea esencial en los primeros encuentros, a la larga los sentimientos y el afecto ganan al físico, tal y como se confirma en la lista de «lo que buscamos» en el Capítulo nueve. Sin embargo parece que no sucede lo mismo con la atracción que una mujer siente hacia un hombre. Algunos interesantes estudios llevados a cabo en bares donde se reúnen solteros y solteras, sacaron a la luz que a medida que avanzaba la noche, los hombres iban encontrando más y más atractivas a las mujeres sin pareja. Por ejemplo, una mujer a la que un hombre le había dado una nota de cinco sobre diez a las siete de la tarde, sacaba una puntuación de ocho y medio a las diez y media de la noche, seguramente debido a que el alcohol impulsaba los marcadores. Sin embargo, las mujeres que habían puntuado con un cinco a un hombre a las siete de la tarde, no alteraban la nota aunque estuviesen ya a media noche.

Si una mujer le da a un hombre una puntuación de cinco sobre diez a las siete de la tarde, aunque haya bebido litros de alcohol, la puntuación seguirá inamovible a medianoche.

El alcohol no altera la puntuación que las mujeres dan a los hombres, sino al contrario, puesto que en algunos casos empeora la nota. A pesar de todo, la mujer evalúa a una posible pareja teniendo en cuenta sus características personales sobre su apariencia física, sea cual sea la hora y la cantidad de alcohol que haya ingerido. Los hombres ven a la mujer más atractiva a medida que transcurre la noche, puesto que ven la posibilidad de que ella les deje realizar su papel profesional como donantes de espermatozoides.

¿Se atraen los polos opuestos?

Los estudios realizados por científicos en 1962 revelaron que nos sentimos atraídos hacia personas que tienen valores, intereses, actitudes y percepciones similares a las nuestras y esa es la gente con la que «conectamos» inmediatamente. Estudios posteriores demostraron que las parejas que muestran características semejantes tienen más posibilidades de mantener una relación formal y estable. A pesar de las evidencias, si existen demasiadas similitudes en la pareja, puede resultar aburrido. Es necesario que haya diferencias para que la vida sea más interesante y para complementar nuestra propia personalidad, pero a una justa medida, porque si no podrían interferir en el estilo de vida propio. Por ejemplo, un hombre tranquilo puede sentirse atraído por una mujer extrovertida y marchosa y una mujer que se preocupa constantemente puede confiar y sentirse a gusto al lado de un hombre relajado y calmado.

¿Se atraen los físicos opuestos?

Observe cualquier estudio o encuesta sobre este tema y comprobará que lo que nos atrae físicamente del otro sexo suelen ser rasgos físicos opuestos a los nuestros. Los hombres prefieren a las mujeres con piel suave y con curvas, mientras que su piel es resistente y suelen tener un cuerpo más recto y plano. Los hombres prefieren a las mujeres con caderas anchas, cinturas estrechas, largas piernas y pechos redondeados, todos los atributos que ellos nunca poseerán. Él prefiere a una mujer que tenga una barbilla pequeña, una nariz chata y un estómago plano, ya que él seguramente se caracteriza por lo opuesto.

Las mujeres también se decantan por los hombres que muestran un físico muy diferente al suyo, por

lo que generalmente buscan espaldas anchas, caderas estrechas, piernas y brazos más robustos, barbillas más pronunciadas y narices más grandes y carnosas. Aún así, cabe resaltar algunos estudios interesantes. Existe un estudio que afirma que los hombres que no beben alcohol prefieren a mujeres con poco pecho, las mujeres con grandes pechos prefieren a los hombres que tengan una nariz pequeña, y los hombres con grandes narices suelen salir con mujeres con muy poco pecho. Los hombres extrovertidos prefieren a las mujeres con unos pechos muy grandes.

La relación entre las caderas a la cintura: es la clave

Si estudiamos los gustos de los hombres a lo largo de los siglos, comprobaremos que han pasado de admirar los rollizos cuerpos de la mujer del s. XVI a las esqueléticas supermodelos de hoy en día que parecen un espárrago más que una mujer. Parece ser que el único elemento que se ha mantenido es la relación entre la cadera a la cintura, que siempre atrae a un hombre. Las mujeres con un porcentaje de caderas a cintura del 70 por ciento del tamaño de la cintura en relación a las caderas son más fértiles y tienen mejor salud que el resto. Devendra Singh de la Universidad de Cambridge, estudió a hombres de distintas nacionalidades con el fin de corroborar si habían aprendido a leer esta información en el pasado y por eso su estructura cerebral había quedado preestructurada para sentirse tentados por estas mujeres.

La buena noticia para las mujeres es que, si su medida de cintura se encuentra entre el 67 y el 80 por ciento de sus caderas, atraerá la atención de los hombres a pesar de tener un sobrepeso de cinco o diez kilos, ya que las curvas son lo esencial.

Mujeres de distintas nacionalidades han afirmado que prefieren a los hombres con trasero pequeños y apretados, aunque no saben decir el por qué.

Las mujeres siguen sintiéndose atraídas por los hombres con cuerpo en forma de «V», anchas espaldas, cintura estrecha y fuertes brazos, sin duda los requisitos esenciales de un buen cazador. Las mujeres, en todo el mundo, prefieren los culos pequeños y apretados en un hombre, a pesar de que muy pocas pueden explicar el porqué. Somos los únicos primates que tenemos un trasero tan pronunciado, con dos partes bien definidas. Esta característica nos permite mantener una postura erguida y asegura que el hombre puede empujar con fuerza hacia delante durante el acto sexual para aumentar las posibilidades de concepción.

Los hombres y el romanticismo

No se trata de que a los hombres no les guste cortejar a las mujeres, sino que no llegan a comprender porqué tiene tanta importancia para ellas. Los libros que compramos son una clara muestra de nuestros intereses. Las mujeres se gastan millones y millones cada año comprando novelas románticas como las que publican Mills & Boon. Las revistas de mujeres se centran en temas como el amor, el romanticismo, las relaciones sexuales de otra gente, cómo hacer ejercicio, mantener una dieta equilibrada y cómo vestirse para crear una relación más romántica. Un estudio australiano mostró que las mujeres que leen novelas rosa mantienen el doble de relaciones sexuales que las que no las leen. Por el contrario, los hombres se gastan millones en libros y revistas que les enseñan cuestiones técnicas sobre un innumerable abanico de materias relacionadas con la habilidad espacial como la informática, la mecánica, la caza, la pesca o el fútbol.

De esta manera, cuando los hombres tienen que ser románticos, los pobres no saben cómo actuar. Es comprensible porque el hombre moderno no tiene ningún modelo a seguir. Su padre tampoco sabía qué hacer, ya que el romanticismo ni siquiera era un problema en la época. Una mujer que asistió a una de nuestras conferencias nos explicó que cuando le pidió a su marido que se mostrase más afectuoso con ella, él lavó y limpió su coche. Esto demuestra que los hombres creen que «hacer cosas» demuestra que se preocupan por ellas. Ese mismo marido le regaló un gato del coche para su cumpleaños y unas horribles fundas de asiento para el coche para su décimo aniversario de boda.

Nunca hay que olvidar que las mujeres son románticas.

Les gusta el vino, las flores y el chocolate.

Déjele saber que usted también se acuerda de estas cosas... hablando de ellas de vez en cuando.

Mientras que los hombres europeos parecen tener una exagerada reputación de románticos, la mayoría de los hombres, en cualquier rincón del mundo, no tienen ni idea de romanticismo. La generaciones anteriores de hombres estaban demasiado ocupados por llegar a fin de mes como para preocuparse por estos refinamientos y cursiladas. Además, el cerebro del hombre no está estructurado para lo estético, sino para lo técnico. No es que no se esfuerzen, pero es que no pueden entender la importancia que nimiedades como abrir la puerta de un coche, enviar flores, bailar, cocinar para una mujer o cambiar el papel del lavabo puede tener para ellas. Una mujer entra en una nueva relación amorosa buscando romanticismo y amor. El sexo no será más que la consecuencia. Por su lado, los hombres a menudo llegan a una relación a través del sexo y después se limitan a ver si todo funciona y siguen como pareja.

Algunos trucos infalibles para los hombres que quieren ser románticos

Las mujeres no tienen ningún problema por lo que respecta al amor y al romanticismo, pero la mayoría de los hombres no tienen ni idea de cómo actuar. La habilidad romántica (o la falta) juega un papel importantísimo en la decisión de una mujer sobre mantener o no relaciones sexuales, por eso, a continuación presentamos seis trucos, de eficacia comprobada, que funcionan tan bien para el hombre actual como lo hacían para los hombres de hace 5.000 años.

¿Cómo saber si un hombre está preparado para el sexo?
Porque respira.

1. Prepare una atmósfera apropiada. Si consideramos la sensibilidad de la mujer a su entorno y su alta percepción sensorial, parece lógico que el hombre tenga en cuenta la atmósfera. El estrógeno, la hormona femenina, hace que la mujer sea sensible a la luz adecuada, una luz difusa dilata las pupilas y hace que las personas sientan mayor atracción mutua, ya que las imperfecciones y las arrugas de la cara son menos visibles. El notable oído de la mujer implica que la elección de la música es importante. Por último, hay que asegurarse de que la cueva está limpia y libre de niños u otra gente. La insistencia femenina de mantener relaciones sexuales en la intimidad explica por qué su fantasía sexual suele ser realizar el acto en público, mientras que la fantasía de un hombre es hacerlo con una extraña.

2. Llène su estómago. Debido al pasado de cazador del hombre, parece razonable que el ofrecer comida a la mujer haga resurgir sus instintos femeninos más primitivos. Por eso, llevar a una mujer a cenar es un acontecimiento importante para ella, aunque no tenga hambre, puesto que el ofrecerle comida muestra atención por su bienestar y supervivencia. Cocinar para una mujer tiene un contenido intrínseco más profundo, ya que provoca que resurjan sentimientos primitivos tanto en el hombre como en la mujer.

3. Haga un fuego. Recolectar leña y hacer un fuego para mantener caliente y proteger a la mujer es algo que se ha hecho durante miles y miles de años y que parece tocar el lado más romántico de la mujer. No importa que se trate de una estufa de gas que ella podría encender fácilmente, si él lo hace por ella creará una atmósfera romántica. Lo que a ella le gusta es que se satisfagan sus necesidades y no le importa que tipo de fuego sea o el grado de dificultad.

4. Llévele flores. La mayoría de los hombres son incapaces de entender el efecto de un ramillete de flores frescas en la mujer. Ellos piensan: «¿Para qué me voy a gastar tanto dinero en algo que se morirá y se tendrá que tirar al cabo de unos días?» Para la mente lógica del hombre parece mucho más apropiado regalarle una planta porque necesita atención y cuidados constantes y sobrevivirá (incluso se podría sacar un pequeño beneficio por la planta). Sin embargo, la mujer no comparte esta visión. Ella quiere un ramo de flores frescas. Es cierto que al cabo de pocos días las flores se morirán y las tendrá que tirar, pero así él tendrá otra oportunidad para volverle a comprar otro ramo de flores y volver a satisfacer su lado romántico.

5. Ir a bailar. A los hombres les gusta tanto bailar como a las mujeres, pero son pocos los que tienen la habilidad que se requiere en el hemisferio cerebral derecho para sentir el ritmo. Basta con ir a alguna clase de aeróbic y observar a los hombres (si es que hay alguno) cuando intentan compaginar los movimientos. Cuando un hombre asiste a lecciones de baile para aprender rock'n roll y vals enseguida se convierte en el centro de atención de *todas* las mujeres. Bailar ha sido descrito como un acto vertical del deseo horizontal y parece haberse comprobado a lo largo de la historia. Es un ritual que ha evolucionado hasta permitir una cercanía tal entre el hombre y la mujer que se equipara a cualquier rito de cortejo en el mundo animal.

6. Cómprele chocolate y cava. Esta combinación se ha asociado siempre con el romanticismo, a pesar de que poca gente conoce las razones. El cava contiene un elemento químico que no se encuentra en el resto de las bebidas alcohólicas y que es el responsable de aumentar los niveles de testosterona. El chocolate contiene feniletanolamina, sustancia que estimula el centró del amor en el cerebro femenino. Las últimas investigaciones realizadas por Danielle Piomella, del Instituto de Neurología de San Diego descubrieron tres nuevos elementos químicos llamados N-aciletanolaminas que se adhieren a los receptores de cannabis en el cerebro femenino, por lo que siente una sensación muy similar a fumar marihuana. Estos elementos químicos se encuentran en el chocolate negro y en el cacao, pero no están presentes en el chocolate blanco ni en el café.

¿Por qué los hombres dejan de acariciar y de hablar?

«Antes de casarnos me cogía de la mano en público, me acariciaba la espalda y manteníamos largas conversaciones. Ahora él nunca me coge de la mano y no quiere hablar. Además, sólo me toca cuando quiere sexo». ¿Le resulta familiar esta queja?

Después del matrimonio, el hombre sabe todo lo que le hace falta saber sobre su mujer y por eso no encuentra lógico mantener largas conversaciones.

Durante el cortejo, el hombre acaricia y toca a su novia con mucha más frecuencia que en cualquier otra fase de la relación. Esto se debe a que él se muere por «meterle mano», pero todavía no ha recibido la luz verde para poder tocarla sexualmente, por lo que la acaricia de otra forma. Cuando ya ha experimentado sexualmente con su pareja, el hombre no ve la necesidad de «volver a los viejos tiempos», por lo que se concentra en «los buenos momentos». Durante el cortejo, el hombre habla para recoger información (hechos sobre su novia) y para ofrecerle a ella datos sobre sí mismo. Cuando ya se han casado, él ya sabe todo lo que le hace falta sobre ella y ya no ve la necesidad de mantener largas conversaciones. Sin embargo, cuando un hombre es capaz de entender que el cerebro femenino está programado para comunicarse mediante el habla y que su sensibilidad para el tacto es diez veces mayor que la suya, puede aprender a ser más suave y tener más tacto en estas áreas y, sin duda, su vida amorosa experimentará una inmensa mejoría.

¿Por qué los hombres siempre andan despistados?

A la oxitocina se la conoce como «la hormona del abrazo» y se libera cuando se acaricia suavemente la piel de una persona o cuando la abraza. El efecto que se produce es un aumento de sensibilidad al

tacto, además de crear vínculos afectivos y tener mucho que ver en la conducta de las mujeres hacia los bebés y los hombres. Cuando una mujer empieza a amamantar se desencadena el efecto «para abajo» que produce leche en los pechos.

Si una mujer quiere dar placer a un hombre al tocarle, normalmente lo hace de la misma forma que a ella le gustaría: le toca la cabeza, le acaricia la cara, le masajea la espalda y le revuelve el pelo cariñosamente. Este tipo de caricias, además de tener pocas repercusiones positivas en el hombre, pueden resultar incluso molestas. Su piel es mucho menos sensible que la de la mujer para no sentir el dolor y mostrar más resistencia a las heridas. Los hombres prefieren que la mujer sólo les toque un área, y cuanto más a menudo posible mejor, una preferencia que causa grandes problemas en la pareja. Cuando un hombre decide tocar sensualmente a una mujer, lo hace pensando en lo que a él le gustaría: le soba los pechos y la entrepierna. La mujer sitúa estas partes en su lista de cosas detestables por lo que este tipo de caricias no hace más que causar resentimiento en ambas partes. Cuando el hombre y la mujer aprenden a tocarse sensualmente según sus necesidades individuales y su sensibilidad en la piel, su relación se enriquece en gran medida.

¿Se produce el amor en primavera?

El reloj biológico permite que las hembras den a luz en los meses más cálidos del año para aumentar las posibilidades de supervivencia de las crías. Si, por ejemplo, una especie determinada necesita tres meses de gestación hasta dar a luz, el reloj biológico realizará los cálculos necesarios para que los animales presenten su máximo nivel de apetito sexual en primavera para que las crías nazcan en verano. En los seres humanos, el período de gestación es de nueve meses, por lo que los niveles de testosterona se activan nueve meses antes, en otoño. El refrán sólo se puede aplicar a especies que tienen un período de gestación de unos tres meses.

«La primavera la sangre altera» solo es aplicable a los animales de corto período de gestación.

Las investigaciones muestran que en el hemisferio sur la testosterona del hombre aumenta en marzo y que, en el hemisferio norte, la subida se produce en septiembre. También se ha comprobado que los hombres activan sus habilidades espaciales al máximo durante estos meses debido a los altos niveles de testosterona (observe la gráfica sobre los niveles de testosterona del Capítulo 9 y comprobará cómo se produce este fenómeno).

¿Cómo pensar de forma sexy?

La mente es un cóctel de reacciones químicas y, por ello, usted puede aprender a pensar de forma sexy. Esta técnica la enseñan innumerables sexólogos y consiste en concentrarse sólo en los aspectos positivos de su pareja y recordar las buenas experiencias sexuales que han compartido. El cerebro reacciona liberando ciertos elementos químicos que crean una sensación de deseo sexual. Este efecto es obvio en la fase de enamoramiento ciego o en el cortejo cuando una persona sólo ve el lado bueno de su amado/a y su deseo sexual parece imparable. También es posible producir el efecto contrario concentrándose en los aspectos negativos de la pareja. De esta forma, el cerebro evita cualquier liberación de los elementos necesarios para que se produzca la sensación de deseo sexual.

Recrear la fase de enamoramiento ciego

La buena noticia es que al poder controlar el pensamiento sexual, también puede pensar en la fase de enamoramiento ciego cuando quiere recordar los momentos románticos de cortejo que existieron al principio de la relación. De ahí que las cenas a la luz de las velas, románticos paseos por la playa y fines de semana fuera funcionen tan bien, puesto que dan a las parejas un «impulso» hormonal, que a veces han descrito como una sensación de estar enamorado y en las nubes. Las parejas que esperan que la euforia del enamoramiento dure para siempre se decepcionan tarde o temprano, pero sabiendo cómo, puede recrear y rememorar estos momentos cuando lo necesite.

¿Cómo encontrar a la pareja adecuada?

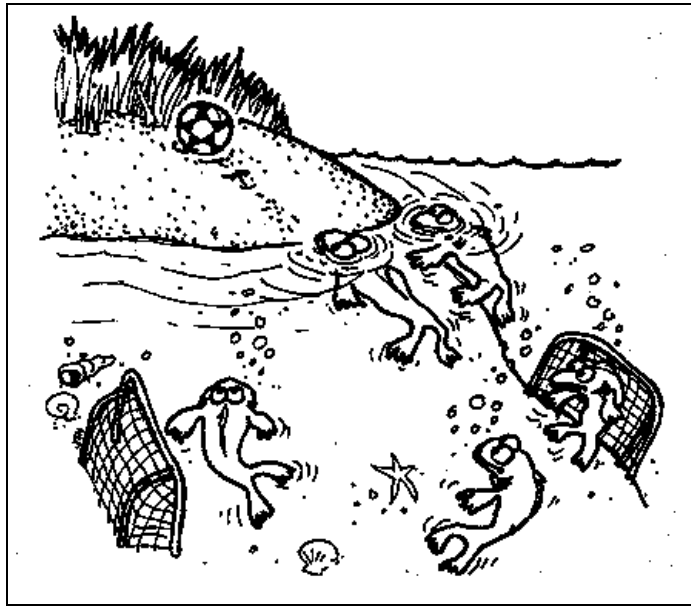
El amor empieza con la lujuria, que puede durar tan sólo unas horas, unos días o unas semanas. Después viene la fase de enamoramiento que suele durar de tres a doce meses, antes de que el sentimiento de apego gane terreno a la segunda fase. Cuando el cegador cóctel de hormonas va desapareciendo, normalmente al cabo de un año, podemos ver a nuestra pareja a plena luz del día y esas pequeñas costumbres que al principio nos parecían tan simpáticas ahora nos empiezan a parecer irritantes. Al principio le parecía gracioso que él nunca encontrara las cosas en la nevera, pero ahora tiene que contenerse para no chillarle. A él le encantaba cómo usted hablaba incesantemente sobre esas pequeñas cosas cotidianas, pero ahora empieza a considerar el asesinato. Usted se pregunta en silencio: «¿Puedo vivir así el resto de mi vida? ¿Qué tenemos en común?»

Es probable que no tengan muchas cosas en común o mucho sobre lo que hablar. El objetivo de la naturaleza es unir a los hombres y mujeres bajo el influjo de un poderoso cóctel hormonal que les impulsa a procrear, en vez de a pensar. Encontrar a la pareja adecuada significa reflexionar sobre los puntos en común con alguien *a largo plazo* y hacerlo antes de que la naturaleza haga de las suyas con las hormonas. Cuando la fase de enamoramiento termina (y siempre termina), ¿es posible mantener una relación duradera basada en la amistad y en los intereses comunes? El único modo de saberlo es escribir una lista de las características e intereses que a usted le gustaría que su compañero presentase. Un hombre tiene esta lista de cualidades que le gustaría que su compañera ideal tuviese, pero cuando asiste a una fiesta, su mente se queda en blanco debido a la subida de testosterona. Al final, el hombre acaba buscando a su compañera «ideal» según su motivación hormonal: buenas piernas, barriga plana, culo prominente, buena delantera y así sucesivamente hasta completar la lista de los factores relacionados con la procreación a corto plazo. Las mujeres buscan a un hombre sensible, cariñoso, con un cuerpo en forma de «V» y con

gran personalidad, cualidades relacionadas con el cuidado de los hijos, su papel de protector y de cazador. En el caso de la mujer también se trata de cualidades biológicas a corto plazo por lo que no tiene mucho que ver con el éxito en las relaciones de hoy en día. Si escribe una lista de las características ideales que debería poseer su pareja y la guarda en un lugar a mano, tendrá más presente las cualidades que busca en una persona la próxima vez que la naturaleza intente manejar su pensamiento y necesidades.

La naturaleza empuja al hombre hacia la procreación lo antes posible y por eso utiliza las armas químicas. Una vez comprendemos el modo de actuar de nuestro organismo y nos equipamos con una lista de ideales de la pareja que buscamos, existen muchas menos probabilidades de ser engañados y más esperanzas de encontrar a la pareja ideal con la que viviremos felices y comeremos perdices.

Hacia un futuro diferente



«PUEDE QUE NUNCA SEPAMOS QUE ES LO QUE MOTIVÓ A NUESTROS ANTEPASADOS A SALIR DEL AGUA.»
DAVID ATTENBOROUGH, NATURALISTA

Dicen que es fantástico ser hombre porque puedes ir caminando con el pecho descubierto por las playas de Túnez sin que te apedreen, tampoco tienes que recordar dónde dejaste las cosas y puedes comer un plátano tranquilamente enfrente de los albañiles. Sin embargo, también es maravilloso ser mujer porque te puedes comprar tu propia ropa, puedes cruzar las piernas sin dificultades y puedes abofetear a un hombre en público porque todo el mundo pensará que haces lo correcto.

Es genial ser hombre porque puedes comprar pepinos sin que te dé vergüenza.

Los hombres y las mujeres son diferentes. Eso no significa que unos sean mejores que los otros, sencillamente diferentes. La ciencia lo sabe, pero la obsesión de la sociedad por ser políticamente correctos intenta negarlo a toda costa. Existe una corriente social y política que afirma que ambos sexos deberían ser tratados con igualdad y se basa en la extraña creencia de que son iguales. Sin embargo, se puede demostrar lo contrario.

¿Qué es lo que realmente quieren los hombres y las mujeres?

Los hombres modernos no han experimentado grandes cambios respecto a sus antepasados primitivos. El 87 por ciento de los hombres sostiene que el trabajo es lo más importante en su vida y el 99 por ciento afirma querer una vida sexual muy activa. Para las mujeres es distinto, puesto que muchas de sus prioridades difieren sustancialmente de las de sus madres o abuelas.

Muchas mujeres se han decantado por ciertas profesiones con el propósito de adquirir algunas cosas que hasta ahora estaban en exclusiva posesión masculina como dinero, prestigio y poder. Los estudios que se realizan en la actualidad demuestran que las mujeres profesionales también sufren muchos efectos secundarios que hasta ahora sólo se presentaban en los hombres como problemas de corazón, úlceras, estrés y muerte prematura. Estas mujeres beben y fuman como nunca antes lo habían hecho. En el Reino Unido de cada tres mujeres con importantes profesiones, una fuma.

Una de cada tres mujeres tiene nueve días de baja laboral al año debido al estrés.

El 44 por ciento de las mujeres profesionales dice que el trabajo es la causa principal del estrés que padecen y una encuesta realizada por BUPA, una mutua de seguros británica privada, en colaboración con la revista de salud *Top Santé* a más de 5.000 mujeres obtuvo como resultado que el 66 por ciento de las encuestadas afirmaba que el trabajo estaba perjudicando su salud.

La mayoría de las mujeres también afirmaron que si no fuese por el dinero, preferirían ser amas de casa y sólo el 19 por ciento declararon que estaban interesadas en ser mujeres con una carrera profesional. En una encuesta similar realizada en Australia, las profesiones sólo eran la prioridad del cinco por ciento de las mujeres que contaban de entre 18 y 65 años, mientras que la maternidad fue la aspiración que arrasó. El 60 por ciento de las mujeres entre 31 y 39 años afirmó que la maternidad era su primera elección, frente al 2 por ciento que se inclinaba por una carrera profesional. El 31 por ciento de las mujeres entre 18 y 30 años también escogía la maternidad, mientras que la carrera profesional obtenía un porcentaje del 18 por ciento.

En general, el 80 por ciento situaba entre sus prioridades el criar a sus hijos en una familia tradicional, lo que demuestra que el fenómeno de los medios de comunicación y el feminismo no ha causado el impacto que se podría pensar en la actitud de las mujeres. Los valores y prioridades de las mujeres modernas son básicamente los mismos que hace siglos. La gran diferencia reside en que el 93 por ciento afirma que la independencia financiera es vital para ellas y el 62 por ciento desea más poder en la vida política, en otras palabras, no quieren depender de los hombres.

En cuanto a sus vidas personales, el sexo sólo fue la prioridad del uno por ciento de las mujeres, en contraste con el 45 por ciento que otorgaban el máximo valor a la confianza y el 22 por ciento al respeto. Tan sólo el 20 por ciento de las mujeres afirmó que su pareja dejaba bastante que desear en el campo sexual. De estos estudios podemos extraer que la maternidad sigue siendo una prioridad en las mujeres, puesto que les aporta una enorme satisfacción. Muchas mujeres con carrera profesional afirman que trabajan por dinero y la mayoría vive en ciudades en las que hay que tener grandes ingresos para poder sobrevivir. Parece ser que trabajan para ganar dinero para poder dar de comer, vestir y educar a la próxima generación. Las mujeres disfrutaban de la maternidad mucho más que los hombres puesto que, desgraciadamente, muchos de ellos no la llegan a apreciar hasta que se convierten en abuelos.

Elecciones profesionales

En general, las elecciones profesionales no han cambiado demasiado para los hombres que siguen escogiendo puestos de trabajo relacionados con su habilidad espacial. Es cierto que se ha producido un aumento en el número de hombres que se dedican a trabajos que hasta ahora eran prácticamente exclusivos de mujeres, pero un estudio de estos hombres demuestra que tienen, en menor o en mayor medida, estructura cerebral femenina. Esto resulta obvio en ámbitos como la peluquería y las artes creativas y está menos claro en profesiones como la psicología o la enseñanza.

Para las mujeres, las cosas han dado un vuelco más significativo, ya que el 84 por ciento de las mujeres norteamericanas que trabajan forman parte del sector de los servicios y la información. En el mundo occidental, entre la mitad y los dos tercios de los nuevos negocios los establecen mujeres y éstas ostentan el 40 por ciento de los puestos ejecutivos y administrativos.

Si usted es una mujer que trabaja en una profesión mayoritariamente masculina, tiene dos opciones, dejar el trabajo o masculinizarse.

En las jerarquías masculinas las mujeres siguen teniendo que luchar para conseguir importantes cargos y, como hemos visto, para la mayoría de las mujeres conseguir el puesto no es una prioridad. En la mayoría de los sistemas políticos, las mujeres constituyen menos del cinco por ciento de los políticos, a pesar de salir en el 50 por ciento de los reportajes de los medios de comunicación. Si usted es una mujer que trabaja en una profesión mayoritariamente masculina, tiene dos opciones: dejar el trabajo y buscar otro puesto en el que las mujeres estén más valoradas o comportarse como un hombre. La conducta masculina en las mujeres sigue abriendo puertas y los estudios confirman que aquéllas que se visten de forma más masculina tienen más posibilidad de ser seleccionadas para posiciones de mando que las que se visten de forma femenina, aunque sea una mujer quien tome la decisión. Los entrevistadores masculinos también tienen una preferencia por las candidatas que no llevan perfume.

La feminización de los negocios

Las características y los valores masculinos son los principales responsables de impulsar a la gente a los cargos de poder, pero los valores femeninos están empezando a convertirse en la única forma de mantenerse en lo alto.

Tradicionalmente, la mayoría de las organizaciones han estado dirigidas y controladas por una jerarquía masculina en la que había un macho dominante cuyo credo era «seguidme o... iros a otra parte». Este tipo de organizaciones se están empezando a convertir en piezas de museo, al igual que los tipos duros en el colegio que siempre estaban en los puestos máximos ya que la valentía vencía a la inteligencia, algo poco frecuente hoy en día. Las prioridades masculinas deben conocerse por cualquier persona que quiera subir a lo más alto, pero el sistema de valores femenino está demostrando ser más eficiente y lograr más armonía en el trabajo.

En los altos cargos, un énfasis en los valores masculinos conduce a luchas internas por el poder. Las personas quieren hacer «las cosas por su cuenta» cuando no es posible llegar a un acuerdo. La iniciativa y las corazonadas no tienen lugar en la lucha para parecer y ser el mejor, sin tener en cuenta si las nuevas estrategias o otros acercamientos diferentes podrían impulsar el crecimiento y el desarrollo del negocio. Por otro lado, los valores femeninos fomentan el trabajo en grupo, la colaboración y la interdependencia, sin duda cualidades que funcionan mejor en las estrategias organizativas y en el trabajo. Esto no significa que un hombre tenga que ser afeminado o que una mujer tenga que ser masculina, pero los hombres y las mujeres tienen que entender que el sistema de ambos sexos es vital en las diferentes fases hasta llegar a lo más alto.

¿Es todo esto políticamente correcto?

Estudiamos a más de 10.000 delegados de conferencias en seis países en los que ser «políticamente correcto» es una prioridad y descubrimos que el 98 por ciento de los hombres y el 94 por ciento de las mujeres consideraba que se había convertido en un concepto opresivo que les arrebatava la libertad para decir lo que creían sin ser censurados.

El concepto de ser políticamente correcto, en relación a los sexos, tenía como propósito original combatir las actitudes y el lenguaje sexista, luchar contra las desigualdades masculinas y femeninas y ofrecer a las mujeres las mismas oportunidades. Se suponía que las mujeres estaban oprimidas por los hombres, el sexo dominante, pero está claro que esta visión no está reforzada por la mayoría de la

población. De ser así, ¿funcionará este punto de vista? Los científicos no están muy convencidos, ya que los hombres y mujeres han tardado millones de años en evolucionar hasta el estado actual y probablemente tardan otro millón de años para poder llegar a ser seres armónicos con un entorno políticamente correcto. El problema principal al que se enfrenta el ser humano en la actualidad es que sus grandiosas ideas y conceptos de conducta se encuentran a millones de años de su realidad genética actual.

Nuestra biología no ha cambiado demasiado

Los niños quieren jugar con cosas; las niñas quieren relacionarse con gente. Los niños quieren obtener el control, dominar y llegar a ser los cabecillas del grupo, pero las niñas están más preocupadas por la moralidad, las relaciones y la gente. Las mujeres siguen constituyendo una minoría en el mundo empresarial y en la escena política, pero no se debe a la opresión masculina, sino a que ellas no están interesadas en esas cosas.

A pesar de las buenas intenciones de igualdad de condiciones que los empresarios promueven, los chicos siguen prefiriendo los trabajos en los que tienen que desarrollar sus habilidades espaciales y mecánicas, mientras que las niñas siguen decantándose por trabajos que implican relaciones personales.

Los kibbutz en Israel han intentado durante años y años eliminar los estereotipos entre niños y niñas. La ropa, los zapatos, los peinados y el estilo de vida de los niños y niñas se basó en un modelo neutro. A los niños se les animaba a jugar con muñecas, a coser, hacer punto, cocinar y limpiar y a las niñas a jugar a fútbol, a trepar a árboles y a jugar a dardos.

La idea del kibbutz era crear una sociedad sexualmente neutra en la que no existían fórmulas rígidas para cada sexo y cada miembro tenía la misma responsabilidad y oportunidades en el grupo. En este tipo de comunidades se eliminó el lenguaje sexista subyacente en frases como «los chicos no lloran» y «las niñas no juegan sucio» y los miembros de los kibbutz afirmaban que podían demostrar que los papeles entre los sexos eran intercambiables pero, ¿qué sucedió?

Después de más de 90 años desde la creación de los kibbutz, los estudios han revelado que los niños seguían mostrando una conducta agresiva y desobediente, creaban grupos, se peleaban y formaban jerarquías, mientras que las niñas colaboraban las unas con las otras, evitaban los conflictos, eran afectuosas, hacían amigas y compartían las cosas. En cuanto a las materias de enseñanza, se dejó que eligiesen libremente según sus preferencias y los niños seguían optando por la física, la ingeniería y los deportes, mientras que las niñas querían ser profesoras, psicólogas, enfermeras y directoras de personal. Su biología las impulsaba hacia objetivos y profesiones que concordaban con su estructura cerebral.

Los estudios sobre los niños que se han criado en un ambiente neutro en este tipo de sociedades muestran que la eliminación del vínculo madre-hijo no reduce las diferencias entre los sexos ni las preferencias de los niños. Al contrario, hace que esa generación de niños se sientan rechazados y confundidos y normalmente se convierten en adultos problemáticos.

Finalmente...

Las relaciones entre los hombres y las mujeres funcionan a pesar de las evidentes diferencias entre los sexos. El mérito se debe adjudicar principalmente a las mujeres porque ellas poseen las facultades necesarias para sacar a flote una relación y una familia. Están dotadas de la habilidad para percibir los motivos y los significados que se esconden tras las palabras y la conducta y, por eso, pueden predecir consecuencias o actuar antes de que el problema llegue a mayores. Este factor por sí solo podría hacer del mundo un lugar mucho más seguro si estuviese dirigido por una mujer. Los hombres tienen habilidades para cazar y dar en el blanco, para encontrar el camino de vuelta a casa, para quedarse mirando fijamente el fuego, para procrear y... eso es todo. Es necesario que aprendan las nuevas formas de supervivencia moderna al igual que lo hacen las mujeres.

Las relaciones de hoy en día se topan con un obstáculo muy importante cuando ambos sexos son incapaces de reconocer que son biológicamente diferentes y que uno no tiene que esperar que el otro cumpla sus expectativas. La mayoría de las situaciones tensas que se producen en las relaciones de pareja se deben a la falsa creencia de que los hombres y las mujeres son iguales y que tienen las mismas prioridades y deseos.

Por primera vez en la historia humana estamos educando a los niños y las niñas de forma semejante, les estamos enseñando que son iguales y que tienen las mismas capacidades. Cuando llegan a la edad adulta se casan y, de repente, un día se levantan y se dan cuenta de que son distintos en todo, en la forma y en el contenido. No es de extrañar que las relaciones entre los jóvenes y los matrimonios sean tan catastróficos en la actualidad. Cualquier visión que insiste en la uniformidad sexual implica peligro porque espera la misma conducta en los hombres y las mujeres, sin tener en cuenta que su estructura cerebral es distinta. A veces resulta difícil entender por qué la naturaleza crearía dos seres que son aparentemente incompatibles, pero sólo se trata de nuestra percepción actual, ya que el entorno en el que vivimos choca con la biología humana.

La buena noticia es que cuando se llega a comprender el origen de estas diferencias es mucho más fácil aceptarlas, apreciarlas e incluso alabarlas.

Los hombres quieren poder, logros y sexo. Las mujeres quieren relaciones, estabilidad y amor. Sentirse decepcionado por estos hechos resulta tan inútil como culpar al cielo por la lluvia. Entender que la lluvia es un fenómeno normal nos permite aceptar los cambios climáticos y llevar un paraguas o un chubasquero para atacar el problema de mojarse. De la misma manera, anticipar las dificultades o los conflictos que puedan surgir en una relación debido a las diferencias entre los sexos le permite anticiparse y evitar que tengan mayores consecuencias.

Los escáners cerebrales nos aportan nuevos datos diariamente y nos ayudan a entender cómo funciona el cerebro y muchos fenómenos que damos por asumidos. Cuando una chica anoréxica se mira en un espejo y se ve gorda u obesa, lo que está viendo es una distorsión de la realidad. Bryan Lask del Hospital Great Ormond Street de Londres, llevó a cabo escáners cerebrales de adolescentes anoréxicas en 1998 y descubrió que casi todas habían experimentado una disminución del flujo sanguíneo en la parte del cerebro que controla la visión. Este es sólo uno de los tantos estudios que están revelando lo que sucede en el cerebro cuando se producen desórdenes.

Evidencias fundamentadas y sólidas de científicos en todo el mundo muestran que los procesos bioquímicos que se producen en el vientre materno afectan directamente a la estructura cerebral del feto y, por consiguiente, dicta las preferencias personales. La mayoría de nosotros no necesitamos gastarnos millones en sofisticados equipos de escáner para saber que los hombres no escuchan y que las mujeres no saben leer mapas, la tecnología moderna no hace más que explicar lo que resulta evidente.

En este libro hemos presentado información que seguramente ya conocía a un nivel subconsciente, pero que nunca se había detenido a analizar y comprender de forma consciente.

Resulta sorprendente que a las puertas del s. XXI todavía no se enseñen las diferencias entre los sexos en el colegio. Preferimos estudiar ratas que recorren laberintos o mirar a un mono cuando da volteretas para atrás para ser recompensado con un plátano. La ciencia es una disciplina que avanza lentamente y aún más lento es el proceso de enseñar sus resultados en las escuelas.

Por todo ello, depende de usted, querido lector, si quiere educarse a sí mismo porque sólo entonces podrá esperar tener una relación feliz y satisfactoria como el hombre y la mujer se merecen.

Referencias bibliográficas

- Antes, J. R., McBride, R. B., y Collins, J. D., «The effect of a new city route on the cognitive maps of its residents». *Environment and Behaviour*, 20, 75-91 (1988).
- Baker, Robin, *Sperm Wars: Injidelity, Sexual Conflict and other Bedroom Battles*, Fourth Estate, Alien & Unwin, 1997. (Edición en castellano: *Batallas en la cama*, Temas de Hoy, Madrid 1992).
- Barash, D., *Sociobology*, London, Fontana, 1981.
- Beatty, W. W, y Truster, A. I., «Gender differences in geographical knowledge», *Sex Roles*, 16, 565-590, 1987.
- «The Fargo Map Test: A standardised method for assessing remote memory for visuospatial information», *Journal of Clinical Psychology*, 44, 61-67, 1988.
- Becker, J. B., Marc Breedlove, S., y Crews, D. *Behavioural Endocrinology*, The MIT Press/Bradford Books, 1992.
- Bendow, C. P. y Stanley, J. C., «Sex Differences in Mathematical Reasoning Ability: more facts», *Science*, 222 1983, 1029-31.
- Biddulph, Steve y Biddulph, Sharon, *More Secrets Of Happy Children*, HarperCollins, 1994.
- Biddulph, Steve, *Raising Boys*, Finch Publishing, Australia, 1997.
- Blum, D., *Sex on the Brain*, Viking, Penguin.
- Botting, Kate y Douglas, *Sex appeal*, Boxtree Ltd, Great Britain, 1995.
- Brasch, R., *Hotu Did It Begin?* HarperCollins, Australia, 1965.
- *How Did Sex Begin?* HarperCollins, Australia, 1990.
- Brown, M. A. y Broadway, M. J., «The cognitive maps of adolescents: Confusion about inter-town distances», *Professional Geographer*, 33, 315-325, 1981.
- Buss, David, *The Evolution of Desire*, Basic Books. (Edición en castellano: *La evolución del deseo: estrategias del emparejamiento humano*, Alianza Editorial, Madrid, 1997).
- Cabot, Dr. Sandra, *Don't Let your Hormones Rule Your Life*, Women's Health Advisory Service, Sydney, 1991.
- Chang, K. T., y Antes, J. R., «Sex and cultural differences in map reading», *The American Cartographer*, 14, 29-42, 1987.
- Coates, Jennifer, *Women, Men and Language*, Longman, 1986.
- Collis, Jack, *Yes You Can*, HarperCollins, Australia, 1993.
- Crick, F., *The Astonishing Hypothesis*, Touchstone Books, 1995.
- Darwin, C., *The Voyage of Charles Darwin*, Ariel, London, 1978. (Edición en castellano: *Mi viaje alrededor del mundo*, Sarpe, S. A., Madrid, 1995).
- Dawkins, R., *The Selfish Gene*, Oxford University Press, 1976.
- *The blind Watchmaker*, London, Penguin, 1988.
- Deacon, T., Lañe, A., *The Symbolic Species: The Co-Evolution of Language and the Human Brain*.
- DeAngelis, Barbara, *Secrets about MEN Every Woman Should Know*, Thorsons Publishing Group, UK.
- DeVries, G. J., De Bruin, J. E. C., Uylings, H. B. M., y Comer, M. A.—, *The relationship. Between Síntesis and Function*, Progress in Brain Research, Vol 61, Elsevier, 1984.
- Diamond, J., *The Rise and Fall of the Third Chimpanzee*, Vintage, London, 1992. (Edición en castellano: *El tercer chimpancé: evolución y futuro del animal humano*, Espasa Calpe, Madrid, 1994).
- Dixon, N., *Our Own Worst Enemy*, London, Futura, 1988.
- Dejong, F. H. y Van De Poli, N. E., *Relationship Between Sexual Behaviour in Male and Female Rats: Effects of Gonadal Hormones*, Progress in Brain Research, 61, De Vries, G. J. y otros, (eds.), Elsevier, Amsterdam 1984, 283-302.
- Dorner, G., *Prenatal Stress and Possible Aetiogenetic Factors of Homosexuality in Human Males*, *Edokrinologie*, 75, 365-68, 1980.
- Dubovsky, S. L., Norton, W W, *Mind-Body Deceptions*, W W Norton & Co., 1997.
- Edelson, Edward, *Francis Crick and James Watson: And the Butlding Blocas of Life*, Oxford University Press, 1998.
- Ehrhardt, A. A. y Meyer-Bahlburg, H. F. L., *Effects of Prenatal Sex Hormones on Gender-Related Behaviour*, *Science*, 211 (1981), 1312-14.
- Ellis, H., *Mand and Woman* (8th Edition rev.) William Heinemann (Medical Books), London, 1934.
- Ellis, Lee *Research Methods on the Social Sciences*, Minót State University, 1994.
- Farah, Martha, J., «Is Visual Imagery Really Visual? Overlooked Evidence From Neuropsychology», *Psychological Review* 95, 307-17, 1988.
- Farrelt, Elizabeth y Westmore Ann, *The HRT Handboo!{*, Anne O'Donovan Pty Ltd, Australia, 1993. .
- Fast, Julius & Bemstein, Meredith, *Sexual Chemistry What it is How to use it*, M. Evans and Company, Inc New %rk, 1983. (Edición en castellano: *Química sexual*. Plaza & Janés, Madrid, 1984).
- Fisher, Helen, *Anatomy of Love*, Touchstone Books, 1995. (Edición en castellano: *Anatomía del amor: historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio*, Círculo de Lectores, Barcelona, 1996).
- Freud, Sigmund, Three Contributions to the Theory of Sex, *Basic Writings*, Random House, New York, 1905. (Edición en castellano: en *Obras Completas*, 9 vols. Biblioteca Nueva, Madrid, 1998).
- Gardner H., Weidenfeld y Nicholson, *Extraordinary Minds*, Basic Books.
- Garner, Alan, *Conversationally Speaking*, Second Lowell House, USA

1997.

- Glass, Lillian, *He Says, She Says*, Bantam Books, 1992. (Edición en castellano: *Él dice, ella dice: cómo mejorar la comunicación entre el hombre y la mujer*, Paidós Ibérica, Barcelona 1995).
- Gochros, Harvey y Fischer Joel, *Treat Yourself to a Better Sex Life*, Prentice Hall Press, New York, 1987.
- Goffinan, Erving, *Gender Advertisements*, Harper and Row, 1976.
- Goleman, D. Bloomsbury, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ*, Bantam 1997.
- Gray, John, *What Your Mother couldn't Tell You and Your Father Didn't Know*. Hodder & Stoughton, 1994. (Edición en castellano: *Lo que tu madre no te dijo y tu padre no sabía*, Grijalbo Barcelona, 1996).
- *Mars and Venus in the Bedroom*, Hodder & Stoughton 1995. (Edición en castellano: *Venus y Marte en el dormitorio*, Grijalbo, Barcelona 1996).
- *Men Are From Mars, Women Are From Venus*, HarperCollins Publishers, USA, 1992. (Edición en castellano: *Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus*, Grijalbo, Barcelona, 1998).
- *Men, Women & Relationships*, Hodder & Stoughton, Australia, 1995.
- Greenfield, S., Frceman, W H., *Journey to the Centers of the Mind*, Basic Books, 1998.
- Greenfield, S., Weidenfeld y Nicholson, *The Human brain: A Guided tour*, Basic Books, 1997.
- Greenfield, Susan, *The Human Mind Explained; An Owner's Guide to the Mysteries of the Mind*, Henry Holt and Company, 1996.
- Grice, Julia, *What Makes a Woman Sexy*, Judy Piatkus Publishers, London, 1988. (Edición en castellano: *Qué hace ser a una mujer verdaderamente sexy*, Plaza y Janes, Barcelona, 1989).
- Hampson, E. y Kimura, F., *Reciprocal effects of hormonal fluctuations on human motor and perceptospatial skills*, Research Bulletin 656, . Department of Psychology, University of VScstern Ontario, London, Cañada, junio 1987.
- Handy, Charles, *The empty minicoat-making sense of the future*, Hutchinson, London, 1994.
- Harlow, H. F. y Zimmerman, R. R., «The Development of Affectional Responses in Infant Monkeys», *American Philosophical Society*, 102.501-509, 1958.
- Hendrix, Harvilie, Ph. D., *Getting The Love You Want — A guide for Couples*, Schwartz & Wilkinson Publishers Pty Ltd, Melbourne, 1988. (Edición en castellano: *Conseguir el amor de su vida*, Obelisco, Barcelona 1997).
- Henley, N. M., *Power, Sex and Nonverbal Communication*, Prentice Hall, New Jersey, 1977.
- Hite, S., *The Hite Report: Women and Love*, Alfred A. Knopf New York, 1987.
- Hobson J. A., *The Chemistry of Conscious States. How the Brain Changes Its Mind*, Little, Brown.
- *Consciousness*, W H. Freeman and Co, 1998.
- Hoyenga, K.B. y Hoyenga, K., *Sex Differences*, Little Brown & Company, Boston, 1980.
- Humphries, Nicholas, Contrast Illusions in Perspective, *Nature* 232, 91-93, 1970.
- *A History of the Mind*, Simón & Schuster, 1992.
- Hutchinson, J. B. (ed.), *Biological Determinants of Sexual Behaviour*, John Wiley & Sons, New York, 1978.
- Lloyd, B. y Archer, J., *Sex and Gender*, Penguin Books, London, 1982.
- Huxley, Aldous, *The Doors of Perception and Heaven and Hell*, HarperCollins, 1990. (Edición en castellano: *Las puertas de la percepción*, Edhasa, Barcelona 1995).
- Johnson, Gary, *Monkey Business*, Gower Publishing, 1995.
- Kagan, J., «Sex Differences in the Human Infant», *Sex and Behaviour*, Status and Prospectus, McGill, T. E. et al (eds.), Plenum Press, New York, 1978, 305-16.
- Kahn, Elayne y Rudnitsky, David, *Love Codes, Understanding Men's Secret Body Language*, Judy Piatkus Publishers, London, 1989.
- Kimura, D., Sex differences in the brain, *Scientific American*, 267, 118-125, 1992.
- Estrogen replacement therapy may protect against intellectual decline in postmenopausal women, *Hormones and Behaviour*, 29, 312— 321, 1995.
- Sex, sexual orientation and sex hormones influence human cognitive function, *Current Opinión in Neurobiology*, 6, 259-263, 1996.
- «Are Men's Brains Really Different?», *Canadian Psychology*, 28(2) 1987, 133-47.
- «Male Brain, Female Brain: The Hidden Difference», *Psychology Today* (November 1985), 51-58.
- How Different are the Male and Female Brains», *Orbit*, 17 (3), October 1986, 13-14.
- *Neuromotor Mechanisms in Human Communication*, Oxford University Press, 1993.
- Kimura, D. y Hampson, E., Cognitive pattern in men and women is influenced by fluctuations in sex hormones; *Current Directions in Psychological Science*, 3, 57-61, 1994.
- King, Dr. Rosie, *Good Loving, Great Sex*, Random House Australia, 1997. Kumler y Butterfield, *Gender Difference In Map Reading*, University of Colorado, 1998.
- Lakoff, Robin, *Language and Woman's Place*, Harper and Row, 1976. (Edición en castellano: *El lenguaje y el lugar de la mujer*, Hacer, Barcelona, 1995).
- Lewis, David, *The Secret Language of Success*, Carroll & Graf Publishers. Lewis, Michael, *Culture and Gender Roles: There is No Unisex in the Nursery*, *Psychology Today* 5:54-57, 1972.
- Lewis, Michael y Linda Chery, *Social Behaviour and Language Acquisition. In Interaction, Conversation, and the Development of Language*, New York, 1977.

- Lorenz, Konrad, *King Solomon's Ring*, University Press, Cambridge, 1964. (Edición en castellano: *El anillo del Rey Salomón*, RBA, Barcelona 1993).
- *On Aggression*, Methuen, London, 1966, *Sobre la agresión, el pretendido mal*, Siglo XXI, Madrid, 1992.
- MacCoby E., y Jacklin C., *The Psychology of Sex Differences*, Stanford University Press, 1987. (Edición en castellano: *Desarrollo de las diferencias sexuales*, Marova, Madrid, 1972).
- Marcel, A. J., Conscious and Preconscious Perception: Experiments on Visual Masking and Word Recognition, *Cognitive Psychology* 15, 197— 237, 1983.
- Martin P., *The Sickening Mind*, HarperCollins.
- Maynard Smith, J., *Did Darwin Get It Right?*, Penguin, London, 1993. McKinlay, Deborah, *Love Lies*, HarperCollins, London, 1994.
- Millard, Anne, *Early Man*, Pan Books, London, 1981.
- Moir, Anne y Jessel, David, *BrainSex*, Mandarin Paperback, London, 1989. (Edición en castellano: *El sexo en el cerebro*, Editorial Planeta, Barcelona, 1991).
- Montagu, Ashley, *Touching: the Human Significance of the Skin*, Harper and Row, 1986.
- Morris, Desmond, *Animal witching*, Arrow Books, 1990.
- *Baby Watching*, Mackays of Chatham PLC., London, 1991.
- *Bodywatching*, Jonathan Cape Ltd., UK
- *The Pocket guide To Manwatching*, Triad/Granada, 1982.
- *Intimate Behaviour*, Triad/Granada, 1979. (Edición en castellano: *El comportamiento íntimo*, RBA, Barcelona 1994).
- *The Naked Ape*, Triad/Granada, 1979. (Edición en castellano: *El mono desnudo*, Plaza y Janés, Barcelona, 1997).
- Moyer, K. E., 'Sex Differences in Aggression, Sex Differences in Behaviour, Friedman, R. C., y otros, (eds.), John Wiley & Sons, New York, 335.72,1974.
- O'Connor, Dagmar, *How to make love to the same person for the rest of your life and still love it*, Bantam Books, Great Britain, 1987.
- Ornstein, R., *The Right Mind: Mailing Sense of the Hemispheres*, Roundhouse.
- Pease, Allan, *Everything Men Knotu About Women*, Camel Publishing Company, Sydney, 1986.
- *Rude And Politically Incorrect Jotaes*, Pease Training International, 1998.
- *Talk Language*, Pease Training International, 1989.
- *Body Language*, Camel Publishing Company, 1979. (Edición en castellano: *El lenguaje del cuerpo: cómo leer el pensamiento de otros a través de sus gestos*, Paidós, Barcelona, 1997).
- Pease, Allan y Barbara, *Memory Language*,; Pease Learning Systems> Sydney, 1993.
- Pease, Raymond y Dr Ruth, *Tap dance your way to social Ridicule*, Pease Training International, London, 1998.
- Peck, Scott M., *The Road Less Travelled*, Arrow Books Limited, London, 1983. (Edición en castellano: *Un camino sin huellas: la nueva psicología del amor*, Emecé Barcelona, 1996).
- Pertot, Dr. Sandra, *A Commonsense Guide to Sex*, HarperCollins, Sydney, 1994.
- Peters, Brooks, *Terrific Sex in Fearful Times*, Sun Books, Crows Nest, 1989.
- Petras, Ross y Kathryn, *The 776 Stupidest Things Ever Said, 1994*, Michael O'mara Books.
- Quillam, Susan, *Sexual Body Talk*, Headline Book Publishing, 1992.
- Rabin, Claire, *Equal Partners, Good Friends — Empowering couples through therapy*, Routledge, London, 1996.
- Reinisch, J. M., Roscnblum, L. A. y Sanders, SA., *Masculinity/Femininity*, Oxford University Press, 1987.
- Reinisch, J. M. y otros, (eds.), *Masculinity and Femininity*, The Kinsey Institute Series, Oxford University Press, 1987.
- Reisner, Paul, *Couplehood*, Bantam, USA, 1994.
- Rosenblum, L. A., *Sex Differences in Mother-Infant Attachment in Monkey's, Sex Differences in Behaviour*, Friedman, R. y al. (eds.), John Wiley & Sons, New York, 1974, 123-41.
- Shapiro, R., *Origins*, London, Pelican, 1988.
- Shaywitz, Sally y Benneett, *Nature*, 373, 607-609, 1995.
- Suter, William y Beatrice, *Guil Without Sex*, Pease Training International, London, 1998.
- Tannen, Deborah, *Talking from 9 to 5*, Avon Bokks, 1995.
- *You Just Don't understand: Women and Men in Conversation*, William Morrow, 1990. (Edición en castellano: *Tu no me entiendes*, Círculo de Lectores, Barcelona, 1992).
- *That's Not What I Meant*, Ballantine, 1986. (Edición en castellano: *Yo no quise decir eso*, Altaya, Barcelona, 1995).
- Thorne, Barrie, Cheri Kramarae, & Nancy Henley (eds.), *Language, Gender and Society*, Newbury House, 1983.
- Westheimer, Ruth, Dr., *Ruth's Guide to Sex*, Schwartz Publishing Melbourne, 1983.
- Whiteside, Robert, *Face Language 11*, Frederick Fell Publishers, 1988.
- *Face Language*, Pocket Books, New York, 1974. (Edición en castellano: *El lenguaje del rostro*, Deusto, 1990).
- Wilson, E. O., *Sociobiology*, Cambridge, Massachusetts, Belknap Press of Harvard University Press,

1980.

Wilson, G. D., y Nias, D., *Loves Mysteries: The Psychology of Sexual Attraction*, Open Books, London, 1976.

Winston Macauley, Marnie, *Manspea* Newport House, USA, 1996.

Widson, S. F., The brain connection: the corpus callosum is larger in left handers, *Science*, 229 (1985), 665-68.

Wolfj Naomi, *The Beauty Myth*, Anchor, 1992. (Edición en castellano: *El mito de la belleza*, Emecé, Barcelona 1992).

Wright, R., *The Moral Animal*, Pantheon, New York, 1994.

Young, J. Z., *An Introduction to the Study of Man*, Oxford University Press, 1979. (Edición en castellano: *Antropología física. Introducción al estudio del hombre*, Vicens Vives, Barcelona, 1976).

Agradecimientos

Damos las gracias a todas las personas que han contribuido directa, indirectamente, y muchas veces sin saberlo, a la elaboración de este libro.

Ray & Ruth Pease, Bill & Beat Suter, Alison & Mike Tilley, Jaci Elliott, Stella Brocklesby, Paula & Natasha Thompson, Col & Jill Haste, Dr. Desmond Morris, Prof. Dedef Linke, Carole Tonkinson, Prof. Alan Garner, Bronia Szczygiel, John & Sue Macintosh, Kevin Austin, Dr. John Tickell, Dr. Rosie King, Dr. Barry Kitchen, Diana Ritchie, Cadbury Schwepps, Amanda Gore, Esther Rantzen, Melissa, Cameron & Jasmine Pease, Adam Sellars, Gary Skinner, Mike & Carol Pease, Andy Clarke, Len & Sue Smith, Dr. Dennis Waidey, Fiona & Michael Hedger, Christine Maher, Ray Martin, Dr. Rudi Brasch, Michael Kelly, Prof. Stephen Dain, Christine Craigie, Dr. Themis Garagounas, Prof. Dennis Burnham, Prof. Barbara Gillham, Bryan Cockerill, Leanne Wilson, Geoff Arnold, Lisa Tierney, Robyn McCornick, Kerri-Anne Kennerley, Geoff Birch, Jonatahan Norman, Marie Ricot, Julie Fenton, Nick Symons, Peter & Hilary Westwood, Richard & Linda Denny, Angela & Sheila Watson-Challis, Simón Howard, Simón Timothy Lee, Tom Kenyon-Slaney, Tony and Patrica Earle, Darley Anderson, Sue Irvine, Leanne Christie, Anita & Dave Kite, Barry Toepfer, Bert Newton, Brendan Walsh, Carrie Siipola, Debbie Tawse, Celia Barnes, Christina Peters, Hannelore Federspiel, David & Jan Goodwin, Eunice and Ken Worden, Frank and Cavill Boggs, Graham and Tracey Dufty, Graham Shields, Grant Sexton, Kaz Lyons, Barry Markoff, Peter Rosetti, Max Hitchins, Debbie Mehrrens, Jack & Valerie Collis, Allison & John Allanson, John Hepworth, Pru Watts, Michael & Sue Rabbit, Michael & Sue Burnett, Michael & Kave Goldring, Mike Schoettler, Peter & Jill Gosper, Rachel Jones, Ros & Simón Townsend, Sussan Hawryluk, Sue Williams, Terry & Tammy Butler, W Mitchell, Walter Dickman, Bea Pullar, Alan Collinson, Russell Jeffery, Sandra & Loren Watts, Katrina Flynn, Luke Causby, Peter Draper, Scott Gilmour, Janet Gilmour, Lisa Petrich, Geoff Weatherburn, Dawn Eccles-Simkins, David Orchard, Donn Guthrie, Chris Stewart, Howard Gibbs, Sue McIlwraith, Jules Di Maio, Nathan Haynes, Michael Kelly and Gary Larson.