

PAIXÃO

Paixão é termo que descreve um comportamento complexo e sentimentos muito confusos, pois, ao mesmo tempo que envolve euforia, alegria, prazer, satisfação, envolve, também, tristeza, depressão, angústia e uma boa dose de ansiedade. Diante da pessoa pela qual estamos apaixonados, trememos, a voz falha, as mãos suam, ficamos ofegantes, o nosso coração dispara e o sangue, em nossas veias, parece ferver. Perdemos a fome e o sono, perdemos até a razão. Quando estamos apaixonados temos uma enorme disposição e motivação para fazer o que for possível para conquistar, seduzir e estar junto ao nosso amor. Vale tudo para conquistar um grande amor!?

O prazer que uma grande paixão propicia é, na verdade, indescritível, a sensação é maravilhosa. No entanto, também são indescritíveis a tormenta e o sofrimento que acontecem ao mesmo tempo. Sofremos quando não somos correspondidos e até quando somos, porque tememos perder o amor dele(a). Estamos constantemente com medo, inseguros, com ciúmes, frustrados e vulneráveis. Muitas vezes, passamos da euforia para a tristeza profunda, de uma hora para outra, sem nenhuma razão aparente.

As alterações de humor e de disposição acontecem, em parte, porque ao nos apaixonarmos ocorrem mudanças químicas em nosso corpo. Substâncias neuroquímicas como a feniletilamina, a norepinefrina e a dopamina, e alguns hormônios envolvidos na produção de neurotransmissores são sintetizados ao mesmo tempo e em maior proporção do que o normal quando nos apaixonamos. Elevados níveis de dopamina no sistema nervoso central provocam elevados níveis de energia, atenção a estímulos novos e motivação. As alterações de humor são, em parte, produzidas pela feniletilamina que atua como algumas drogas narcóticas. Por isso, pode-se dizer que o poeta está correto ao declarar-se “ébrio de amor”.

Um dos aspectos fundamentais que deve ser esclarecido quanto a essa química do amor, é que não nos apaixonamos porque de repente um composto de feniletilamina, noradrenalina e dopamina foi sintetizado, como se o cupido fosse uma injeção de substâncias químicas. A química não vem antes da paixão e não provoca a paixão. As substâncias químicas são um dos

componentes da paixão, que num processo complexo de interação com os estímulos provenientes do ambiente, fazem com que tenhamos sensações maravilhosas e sentimentos de felicidade, misturados aos de tristeza e de desespero.

A paixão, como os outros comportamentos complexos do ser humano, é determinada por uma intrincada combinação de fatores relacionados às nossas experiências pessoais, a fatores sociais/culturais e a fatores genéticos. Se assim não fosse, o nosso comportamento amoroso se assemelharia ao dos animais e a reprodução seria o único motivo pelo qual nos aproximaríamos do sexo oposto. Aqueles que pudessem garantir as melhores condições de sobrevivência da nossa carga genética seriam os escolhidos. Entretanto, não é assim que acontece. Não nos apaixonamos apenas pelo indivíduo mais forte, o mais bonito e o melhor reprodutor. Nós nos apaixonamos pela pessoa que mais se assemelha a nós, pessoas que idealizamos e pessoas que nos agradam. Contudo, isso não é necessariamente consciente. Como explica o Prof. Dr. Aílton Amélio, em seu livro *O Mapa do Amor*, não carregamos no bolso uma lista de atributos que consideramos importantes, os quais vamos conferindo à medida que encontramos possíveis candidatos a serem amados. Nós, simplesmente, sentimos atração por uma pessoa e não por outra, e essa atração é um processo que deriva da interação dos fatores que listei acima.

Vejamos como isso pode acontecer, Mauro e Maria encontram-se no ônibus, na saída do trabalho. Mauro imediatamente notou o jeito dela, aquele jeitinho que o seduz, que o atrai, que mexe com ele. Maria estava distante e não levantou o olhar. No segundo dia, Maria, casualmente, sentou-se do lado de Mauro, mas ele estava cabisbaixo, porque havia sido repreendido pelo seu chefe. Ao expor o seu fracasso e apresentar-se vulnerável a ser criticado também por ela, Mauro surpreendeu-se, pois ela foi cordial e o incentivou a não desanimar. Puxa! Uma moça bonita, atraente e gentil! Foi a combinação perfeita para que Mauro se apaixonasse, como se fosse à primeira vista. Ele não conseguiu mais tirá-la de seus pensamentos.

Toda essa loucura, felizmente, é temporária. Ela dura aproximadamente 18 a 30 meses. Depois disso, o nosso organismo vai se acostumando e ficando resistente às substâncias químicas da paixão e, se nesse intervalo, houve o desenvolvimento de intimidade e afeto, nasce o amor. Nesta fase, o nosso corpo começa a fabricar uma quantidade maior de endorfinas, as quais têm efeito calmante, produzindo sensações de segurança e tranquilidade. Além das endorfinas, começamos a sentir os efeitos dos hormônios oxitocina e vasopressina, que também estão

presentes em níveis mais altos durante a paixão, mas que têm um papel fundamental nas ligações amorosas, pois contribuem para a manutenção do apego e do companheirismo.

Amélio, Ailton. *O Mapa do amor*. São Paulo: Editora Gente, 2001.

Verônica Bender Haydu
Professora da Universidade Estadual de Londrina
Doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo