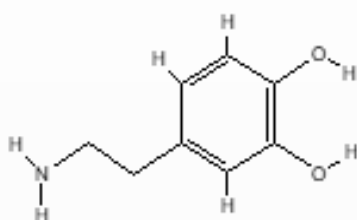


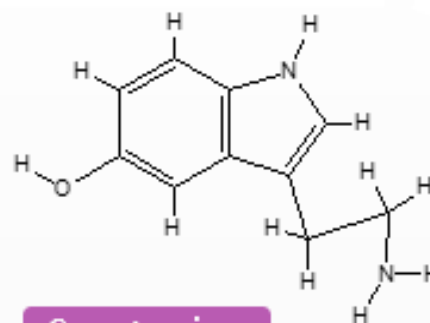
Estimulantes

La química del enamoramiento



Dopamina

Cuando uno se enamora, los niveles de **dopamina** en el cerebro se incrementan, siendo **responsable del sentimiento de bienestar y placer** que experimentamos. Las personas suelen repetir acciones y comportamientos que provocan la liberación de dopamina.



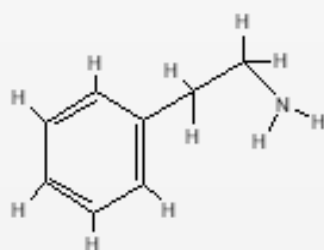
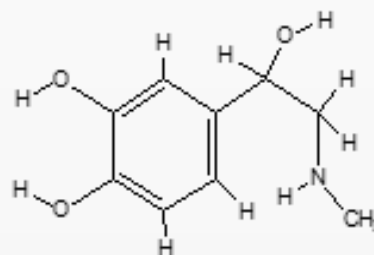
Serotonina

Por el contrario, los niveles de serotonina disminuyen en personas enamoradas. Se ha sugerido que **niveles bajos de serotonina pueden originar ansiedad y obsesión**.

La **adrenalina** o epinefrina, junto con la noradrenalina, se secretan en situaciones excitantes o estresantes. Esta **incrementa el ritmo cardiaco**, contribuyendo a la sensación de estar enamorado.

Adrenalina

¿Es el chocolate un afrodisíaco?

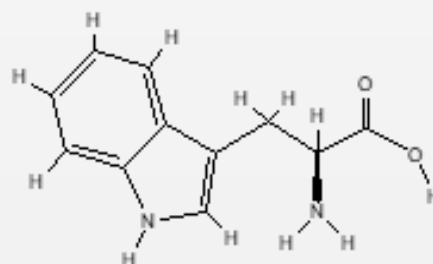


Feniletilenamina

La **feniletilenamina** se encuentra de manera natural en el cerebro y es conocida como la "droga del amor", debido a su **capacidad para producir sentimientos de bienestar y alegría**.

Esta se encuentra presente en el chocolate en una elevada proporción, sin embargo, debido a que se rompe antes de la digestión, se descarta que dé lugar a un efecto afrodisíaco.

El **triptófano** es un químico en el cerebro **asociado a la producción de serotonina**, uno de los neurotransmisores responsable del sentimiento de seguridad y autoestima. Este se encuentra presente en el chocolate, pero en pequeñas cantidades, por lo que es poco probable que tenga un efecto afrodisíaco.



Triptófano