Poesía y química cerebral

Publicado por: EnriqueCanchola
Publicado el : 2-9-2025 2:34:31

Por Enrique Canchola Martínez

Los neurotransmisores son la química cerebral, tienen una participación fundamental para la construcción de la conexión entre la poesía, la emoción, las funciones cognitivas y la salud mental. **Oxitocina,** en el contexto de la poesía, su función es reforzar la sensación de comunión emocional entre las metáforas de los versos y el lector. Este transmisor, también conocido como la "hormona del amor" o del apego, facilita sentimientos de conexión y unidad mental y espiritual. Su influencia hace que la rima de la poesía genere una superposición y entrelazamiento con la actividad cerebral lo cual induce una experiencia profunda y emotiva, que fortalece la liberación de dopamina induciendo el placer. Poesías con estas características son altamente enamorantes.

Cuando una persona se sumerge en poesías con imágenes mentales profundas, sensuales, románticas, místicas o espirituales, se libera en el cerebro **la norepinefrina** lo cual amplifica la sensación de lo sublime, haciendo que ciertas imágenes o metáforas en los versos generen un impacto emocional más significativo. Por ejemplo, una experiencia vívida del amor romántico o carnal puede evocar una sensación de sobre estimulación mental. De esta manera la poesía inductora de noradrenalina o norepinefrina, vincula la atención, el entusiasmo y las respuestas emocionales intensas con las letras.

Por otra parte, ciertos poemas construidos con una tendencia disruptiva en la que se exalten la sensualidad, la pasión, el amor divino, la esperanza o la trascendencia pueden aumentar los niveles de serotonina, facilitando estados de meditación y calma espiritual. **La serotonina** es el neurotransmisor responsable de este estado de ánimo y del bienestar emocional, permitiendo que la experiencia poética se integre en una sensación alucinatoria de plenitud y paz interior.

La dopamina es como el director de orquesta del cerebro, regula el movimiento corporal, la motivación, el placer y la toma de decisiones. Se libera cuando la poesía alcanza niveles estructurales y metáforas evocadoras de algo placentero. Poesías con ciertos ritmos potencian su liberación llevando al cerebro a un estado de máximo placer a lo que se le denomina cerebro dopado.

La acetilcolina es uno de los neurotransmisores más importantes del cerebro, participa en funciones de memoria, atención, aprendizaje y la conciencia. Ciertas poesías que son capaces de mantener la concentración mental e inducir niveles de alerta, elevan la acetilcolina y provocan lo que llamamos soñar despiertos, este tipo de poemas inducen neuroplasticidad.

La evidencia de que estos neurotransmisores son el vínculo fisiológico entre la poesía el cerebro y la mente, permiten proponer que la poesía no solo es un ejercicio intelectual o estético, sino un vehículo para experiencias emocionales y espirituales profundas. En cierto sentido, de acuerdo a lo anterior, la poesía puede funcionar como una terapia de sanación física, mental y espiritual.

Enrique Canchola Martínez

septembris 01 de 2025