**¿Cabe un océano en el cerebro?**

¿Por qué contemplarlo puede hacernos sentir más seguros? ¿Nos relaja o nos enloquece su sonido? Se abre un nuevo debate entre los estudiosos sobre la apasionante relación entre el mar y nuestro cerebro.

**Padres desesperados** de todo el mundo lo han probado: cuando su bebé llora sin parar y nada le consuela, *pinchan* un disco con el sonido de las olas del mar. A los pocos minutos, el pequeño está más tranquilo. Empirismo puro sin una sólida evidencia científica que lo avale de momento. "Los sonidos tienen el potencial de modificar el cuerpo y el ánimo, y el del mar es uno de los más evocadores para nosotros". Lo dice la doctora Shelley Batts, neuróloga de la Universidad de Stanford, en una singular reunión de científicos que buscan explicar qué nos sucede a los humanos cuando estamos cerca del mar.

¿Por qué nos relaja su sonido? ¿Por qué lo que comemos en la playa nos parece fresco y sano, aunque no siempre lo sea? ¿Por qué pagamos más por un restaurante con vistas a la playa? ¿Por qué el océano sigue ejerciendo una fuerte atracción sobre nosotros? ¿Por qué mirar al horizonte azul nos hace sentir seguros?

No hay respuestas. Pero existe, al menos, la voluntad de buscarlas. La Academia de Ciencias de San Francisco ha juntado por primera vez la experiencia de neurocientíficos con la de biólogos marinos, cocineros expertos en mariscos, nutricionistas y hasta surferos y fabricantes de videojuegos. Todos juntos intentan averiguar por qué el mar a veces calma y otras enloquece, pero nunca nos deja indiferentes. La reunión, llamada BlueMind (mente azul), ha abierto la puerta a varios proyectos de investigación inéditos que unen el conocimiento acumulado sobre el mar y el cerebro por profesionales de campos tan dispares como la neurología, la gastronomía y el mercado inmobiliario.

**El oído no es el único** sentido que se rinde ante el mar. La prueba está en que el azul es un color que nos fascina. De acuerdo con las indagaciones del doctor Amir Vokshoor, del Institute of Neurosurgical Innovation, "el color azul es la clave del despliegue de varias sensaciones de bienestar relacionadas con la calma, la expansión, la liberación y la protección". Algunos estudios exploran los cambios que tienen lugar en los neurotransmisores del cerebro cuando contemplamos la línea del horizonte y si este hecho merece ser considerado en sí mismo una terapia antiestrés.

"El problema es que la neurociencia no ha pensado demasiado seriamente en el mar. Considerando que el océano compone las tres cuartas partes del planeta, esto constituye una gran pérdida". Habla el Doctor J., nombre por el que se conoce a J. Wallace Nicholson, biólogo convertido en el ángel de la guarda de las tortugas marinas alrededor del mundo y casi una *celebrity* tras su participación en el documental ambiental *La hora 11,* dirigido por Leonardo Di Caprio. Es el líder del movimiento que finalmente ha puesto a neurocientíficos y marinos a trabajar juntos.

A través de Skype, el Doctor J. entona el *mea culpa* de la lucha medioambiental. "Llevamos 30 años inundando la cabeza de la gente con cifras y miedo, empleando tácticas intimidatorias para forzar cambios de comportamiento. Hemos promovido un peligro añadido, la idea del otro. Los problemas que encontramos son siempre culpa de corporaciones, Gobiernos o individuos, y a veces no es tan simple. La abundancia de datos sin contexto emocional mantiene a la gente desconectada de la verdad, y el miedo solo refuerza la parálisis".

Para cambiar este estado de cosas, el Doctor J. y sus colaboradores proponen "deconstruir nuestra relación con el mar para empezar a entenderla mejor, porque creemos que protegemos lo que conocemos y amamos y no tanto lo que tememos. La gente está harta de malas noticias". El objetivo final es preservar a los océanos de nosotros mismos. Casi todos los implicados en BlueMind reconocen abiertamente que la lucha por la protección del medio ambiente, incluida la cruzada contra el calentamiento global, ha sido un fracaso. Ahora quieren construir mensajes desde otro sitio, lejos del miedo. "Pero para ello necesitamos probar científicamente el impacto del mar sobre nuestra salud, nos faltan muchas horas de laboratorio para probar lo que sabemos y lo que sentimos", explica el Doctor J.

Por ejemplo, las nuevas investigaciones profundizan en nuestra conexión evolutiva con los océanos. "El mar y el cerebro tienen una composición química similar. El 70% de mi cuerpo, incluido mi cerebro, está bañado de agua salada", dice Philippe Goldin, neurocientífico y psicólogo clínico de la Universidad de Stanford. Otros investigadores, entre ellos Michael Merzenich, un conocido profesor de la Universidad de San Francisco, describen cómo el horizonte del océano que permite avistar peligros desde muy lejos otorga a los humanos una fuerte sensación de seguridad, así como la ilusión del suministro ilimitado de agua. "Aun cuando sabemos que es salada y no potable, su abundancia nos tranquiliza", apunta el Doctor J.

Reunir todos los datos posibles sobre los océanos es otra misión por hacer. "Casi absolutamente todo puede encontrarse en Internet menos la información actualizada sobre el mar", asegura Manuel Maqueda, de BlooSee, una compañía catalana afincada en San Francisco que asiste a la primera puesta en común entre los especialistas del cerebro y los del mar. Su misión es crear una Wikipedia sobre el mar que recoja el acervo local de pescadores y surferos, la información dispersa en correos electrónicos y foros y la oficial, recogida en libros y cartas de navegación. Hasta el momento, BlooSee registra información de los mares de California y del Mediterráneo, pero espera estar implantada en todo el mundo el próximo año.

A partir de ahora se buscarán concienzudamente pruebas científicas e irrefutables que demuestren que la cercanía del océano reduce el estrés y la ansiedad. "Si conseguimos probar que el mar cura, tendremos un argumento poderoso para animar a la gente a cuidar de él. ¡Pastillas para reducir el estrés o un paseo por la orilla de la playa! ¡Elija usted su terapia!". El Doctor J. ensaya un eslogan para el futuro mientras algunos lo señalan por intentar aplicar técnicas de *neuromarketing* a la causa ecológica.

**Sin embargo, su técnica** tiene otro nombre y la estrategia es más novedosa. Se llama *neuroconservación.* Y no se oculta. "El *neuromarketing* es clandestino. En nuestro caso se trata de mostrar a la gente quiénes son, cómo funcionan y qué es bueno para su bienestar". Después de hacer varias pruebas entre sus amigos, el Doctor J. está en condiciones de decir lo mismo que cualquiera de nosotros: la gente cambia cuando se acerca al mar o escucha el sonido de las olas, y casi siempre se siente mejor. Incluso aquellos que nunca han estado cerca del mar experimentan fuertes sentimientos, a veces encontrados, hacia el océano.

La primera investigación impulsada por el proyecto BlueMind estudia el impacto del sonido del mar en la mente humana. "Sabemos que los humanos reaccionamos a los sonidos con alteraciones de la respiración y del ritmo cardiaco, incluso liberamos cortisol, una hormona activadora del estrés", agrega Shelley Batts. El segundo proyecto busca explicar la obsesión por consumir ciertas especies muy caras y casi extinguidas cuya pesca es, muchas veces, ilegal. Y así, buscando opiniones sobre el mar de expertos en lo humano y lo divino, el Doctor J. llegó a los agentes inmobiliarios, grandes observadores de la conducta de sus clientes, sobre todo de aquellos a los que les sobra el dinero. ¿Por qué pagan hasta un 40% por encima del precio del mercado por vivir frente al mar? Eric Johnson, agente de la inmobiliaria Sotheby, ha reflexionado al respecto: "Las vistas al océano crean una ilusión de posibilidades infinitas que van más allá de lo que el ojo puede ver. Esas personas no quieren ningún límite marcado en su vida, y esto es algo que se consigue con suficiente dinero y una vista al mar".

[Karelia Vázquez](http://elpais.com/autor/karelia_vazquez/a/)