

## Origen, características e importancia del beso entre seres humanos

Leonardo Palacios Sánchez MD<sup>1</sup>



*V-J Day in Times Square.* Fotografía tomada por Alfred Eisenstaedt al finalizar la Segunda Guerra Mundial. Fotografía: Wikimedia Commons

---

<sup>1</sup> Profesor titular y emérito de Neurología. Centro de investigación en Neurociencia Neurovitae. Universidad del Rosario

## Introducción

El beso es una expresión de amor o afecto. Los hay de diversos tipos como los que se dan parejas que expresan y disfrutan su amor besándose de diferentes formas, pero también ocurren entre familiares y amigos, entre padres e hijos, entre hermanos, e incluso entre compañeros de trabajo. También existe el de la traición, un beso fingido e hipócrita, conocido como “el beso de Judas” haciendo alusión al relato bíblico en que este apóstol (Judas Iscariote) le dio a Jesús en el huerto de Getsemaní después de la última cena llevando a su prisión y posterior martirio. (López) (Figura 1)



**Figura 1. El beso de Judas. Baltasar Vargas de Figueroa, siglo XVII**

**Fuente: Pinacoteca del Museo de la Universidad del Rosario**

## **La filematología**

Es el nombre que recibe la ciencia que estudia los besos (Agyeman).

### **¿Por qué nos besamos?**

Una de las teorías que trata de explicar por qué los humanos tienen una necesidad de besarse plantea la idea de que cuando somos bebés tenemos un gusto innato por el tacto labial (Park, Rasmussen).

Desde esa perspectiva, asociamos tocar con los labios con el acto de amamantar y ese es un reflejo natural. Es un estímulo que nos resulta positivo (Park, Rasmussen).

Hay otra teoría que se remonta a nuestro pasado evolutivo y apunta a que las madres y sus hijos se unieron en un vínculo labio a labio por un proceso conocido como premastitación de transferencia de alimentos (Park, Rasmussen).

Las madres de nuestros ancestros antiguos podrían haber premastitado los alimentos durante los primeros años de sus hijos y habérselos transferido directamente a sus bocas (Park).

Los antropólogos evolutivos creen que el beso en los labios evolucionó para evaluar la idoneidad de una pareja potencial, a través de señales químicas comunicadas por la saliva o el aliento (Rasmussen). Con relación a este último, el beso, en las mejillas, o en la boca, establece contacto piel a piel o de la mucosa oral, y activa de manera muy importante el olfato. A través de este sentido, se intercambian feromonas, que producen modificaciones en el comportamiento relacionadas con la atracción (Agyeman).

Otros propósitos propuestos para los besos incluyen el provocar sentimientos de apego y facilitar la excitación sexual (Rasmussen).

### **Cambios neuroquímicos:**

Una de las sustancias químicas que se liberan en nuestro cerebro durante el beso es un neurotransmisor denominado dopamina, vinculada al amor romántico y a diferentes condiciones en que los seres humanos disfrutan y

sienten placer. El incremento de dopamina durante el beso aumenta la sensación placentera, cada vez que se lleva a cabo dicho acto (Agyeman).

También se libera oxitocina, otro neurotransmisor, vinculado estrechamente con el apego y el afecto. La oxitocina se conoce también como la sustancia química del abrazo (Agyeman).

### **Besos al inicio de una relación romántica**

Los besos en los labios están documentados en la antigua Mesopotamia (actuales Irak y Siria), desde al menos el año 2500 a. C. en adelante (Rasmussen).

Al principio de una relación romántica son muy importantes, y con el tiempo pueden contribuir a mantener una conexión seria e intensa entre las parejas, además de producir excitación sexual, e incrementar el apego y el vínculo (Agyeman).

### **Beso y amor pasional:**

Las parejas enamoradas expresan este bello sentimiento de diferentes formas; sin duda, una de las más hermosas y que generan mayor vínculo son los besos. Desde “besitos”, también denominados en términos colombianos “piquitos”, en los que se tocan sus labios, las mejillas o la frente por breves periodos de tiempo, hasta besos románticos o apasionados, en la boca, en ocasiones prolongados, de varios segundos o minutos de duración. Se definen como la práctica de besarse con la boca abierta. Lo anterior establece contacto íntimo de la mucosa oral y de la lengua de la pareja, succionar sus labios, morderlos suavemente, o mover su lengua dentro de su boca. Esta forma de besar se conoce, popularmente, como beso francés. Cuando las personas se besan y abren los ojos, dificulta el placer de besar, es decir, experimentan una sobrecarga sensorial que, según los investigadores, concentrarse en los estímulos visuales puede causar entumecimiento sensorial. Ejercitan más de 30 músculos de la boca, del cuello, y de la cara, quema calorías, y tiene una gran cantidad de beneficios emocionales y físicos para las personas. Durante los besos apasionados, el ritmo cardíaco aumenta de 60 hasta 100 o 110 pulsaciones por minuto se consumen entre 6 a 100 calorías por minuto, se

fortalece el sistema inmunológico, mejora la circulación sanguínea y se incrementa la autoestima (Agyeman). Figura No. 2.



**Figura No. 2. El beso, Gustav Klimt. 1907-1908. Fuente:** [https://es.wikipedia.org/wiki/El\\_beso\\_\(Gustav\\_Klimt\)#/media/Archivo:The\\_Kiss\\_-\\_Gustav\\_Klimt\\_-\\_Google\\_Cultural\\_Institute.jpg](https://es.wikipedia.org/wiki/El_beso_(Gustav_Klimt)#/media/Archivo:The_Kiss_-_Gustav_Klimt_-_Google_Cultural_Institute.jpg)

El beso como expresión de amor maternal o paternal, como besar a los bebés, en la frente, la mejilla y otras partes del cuerpo es una forma mostrarles afecto, eventualmente de consolarlos cuando están incómodos, tristes o ansiosos (Agyeman). Figura No. 3.



***Figura No. 3. Mother and Child (A Goodnight Hug), Mary Cassatt, 1880***

***Fuente: Wikimedia Commons***

### **Beneficios y riesgos de besarse**

Nos referiremos a besos en la boca, apasionados, con duración de al menos un minuto:

- a) Disminuye el estrés, reduce los niveles de cortisol, una de las hormonas vinculadas a esta condición.
- b) Aumenta la frecuencia cardíaca, contribuyendo a la salud cardiovascular.
- c) Hay consumo de calorías, lo que puede tener efectos positivos sobre los lípidos en sangre.

Fuente de transmisión de enfermedades infecciosas:

El contacto de la mucosa oral y de la lengua produce intercambio de saliva, con un subsecuente paso de bacterias y otros microorganismos. Durante un beso íntimo una pareja puede llegar a intercambiar 10 millones de bacterias. En caso de estar padeciendo una condición infecciosa se debe guardar distancia. La mononucleosis infecciosa, producida por el virus Epstein Barr, se conoce como la enfermedad del beso. Los síntomas de dicha condición son dolor de garganta, fiebre, inflamación de ganglios linfáticos y sensación de fatiga. No existe tratamiento para la mononucleosis, pero sí cuidados paliativos que incluyen beber abundante agua y, sobre todo, beber muchos líquidos. No existe un tratamiento específico, es de buen pronóstico y la persona afectada suele recuperarse en un período de 7 a 10 días (Escallón, Mundasad).

### **Día Mundial del beso**

Se celebra el 13 de abril en todo el mundo en honor al beso más largo que se haya registrado en la historia. Fue el resultado de un concurso celebrado en Tailandia, donde el 14 de febrero (Día de San Valentín) del año 2011 una pareja tailandesa estableció un récord mundial con el beso más largo, que tuvo una duración de 46 horas, 24 minutos y 9 segundos.

En el año 2013, la misma pareja rompió su mismo récord al darse un beso, sin despegarse por un segundo, de 58 horas, 35 minutos y 58 segundos (Pardo).

### **Besos en otras especies**

El beso de labios también se ve en nuestros parientes vivos más cercanos, los chimpancés y los bonobos. Esto sugiere que el comportamiento podría ser mucho más antiguo que nuestra evidencia actual más temprana en humanos (Rasmussen). Figura No. 4.



***Figura No. 4. Pan paniscus -bonobos- besándose en la boca.***

***Fotografía: Guerrero de la Luz - licencia gratuita de Pexels***

Bibliografía:

1. López A. La verdadera historia del beso de Judas. El confidencial. 14/04/2019

Disponible en: [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2019-04-14/verdadera-historia-beso-judas-iscariote-jesucristo\\_1915866/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2019-04-14/verdadera-historia-beso-judas-iscariote-jesucristo_1915866/)

1. Rasmussen, Arbøll. En qué momento de la historia empezamos a besarnos en los labios. BBC Mundo News, 19/05/23

Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-65665277>

Consulta realizada el 27/01/2024

3. Agyeman, H., Owusu-Banahene, J., Agyeman, B., Darko, E., Agyeman, D., Afful, C., Akuffo, F., Bonsu, K., Inkoom, S., Glover, E, Charles, D. y Korletey, W. (2019) Neurofisiología de la filematología y algunas enfermedades infecciosas. Avances en Química Biológica, 9, 143-155. doi: 10.4236/abc.2019.94011.

4. W. Park. Por qué los seres humanos empezamos a besarnos. BBC Mundo News, 18/08/21.

Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-58248031>

Consulta realizada el 24/02/25

5. Escallón M.P. Besar disminuye el estrés y la ansiedad. ¿Cuál es el origen del beso? Disponible en: <https://urosario.edu.co/periodico-nova-et-vetera/escuela-de-medicina-y-ciencias-de-la-salud/besar-disminuye-el-estres-y-la-ansiedad-cual-es-el-origen-del-beso>

6. Pardo S. Qué sucede en el cuerpo cuando besamos y sus 7 beneficios para la salud mental. 12/02/24.

Disponible en : <https://www.infobae.com/salud/2024/04/13/que-sucede-en-el-cuerpo-cuando-besamos-y-sus-7-beneficios-para-la-salud-mental/>

Consulta realizada el 13 de enero de 2025

7. Mundasad S. ¿Cuántas bacterias compartimos cuando nos damos un beso? BBC News mundo. 17/11/2014

Disponible en: [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/11/141117\\_salud\\_besos\\_bacterias\\_il](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/11/141117_salud_besos_bacterias_il)

Consulta realizada el 25/03/2025