

Este sitio web utiliza cookies, tanto propias como de terceros, para recopilar información estadística sobre su navegación y mostrarle publicidad relacionada con sus preferencias, generada a partir de sus pautas de navegación. Si continúa navegando, consideramos que acepta su uso. Más información (/cookies_privacy_LV_popup.html)



- Caso Palau (<http://www.lavanguardia.com/politica/20180115/4434601563/sentencia-caso-palau-millet-osacar-montull-convergencia-cdc-en-directo.html>)
- Rajoy (<http://www.lavanguardia.com/politica/20180115/4437613550/rajoy-articulo-155-puigdemont-investigacion-a-distancia.html>)
- Trump (<http://www.lavanguardia.com/internacional/20180115/4435652444/trump-no-soy-racista.html>)
- Puigdemont (<http://www.lavanguardia.com/politica/20180115/4436500107/soraya-saenz-de-santamaria-inasumible-legal-investigacion-telematica-puigdemont.html>)
- Masterchef (<http://www.lavanguardia.com/televisión/20180115/4435031313/masterchef-avanza-a-la-final-de-esta-temporada>)
- ibex 35 (<http://www.lavanguardia.com/economia/20180115/4435551669/ibex-35-puertas-10500-puntos-euro-petroleo.html>)
- MYHYV (<http://www.lavanguardia.com/televisión/20180115/4426345332/myhyv-ivan-final-fecha.html>)

Más ▼

Vivo ▶ Salud

DIRECTO Caso Palau: todas las reacciones tras las condenas a Millet, Montull y CDC por el saqueo de la entidad (<http://www.lavanguardia.com/politica/20180115/4434601563/sentencia-caso-palau-millet-osacar-montull-convergencia-cdc-en-directo.html>)

MITO O REALIDAD

¿Se sincroniza la regla entre mujeres que conviven?

La información científica y veraz no predomina ante la creencia popular



regla (Marjan_Apostolovic / Getty Images/iStockphoto)



Pese a estar ya en 2018, **hay temas que aún se muestran tabú** en muchos entornos. **La regla** es uno de ellos. La falta de normalidad a la hora de hablar de la **menstruación** genera, a menudo, que la información científica y veraz no predomine ante las creencias populares. Una de las premisas aceptadas por gran parte de las mujeres es que la regla ‘tiende a sincronizarse’ cuando dos o más mujeres conviven juntas.

¿Mito o realidad?

Bernat Serra, jefe de obstetricia de la Clínica Dexeus, lo tiene claro: “No es cierto”. Para el ginecólogo, la convivencia entre mujeres no es uno de los factores que hace variar “la regularidad del ciclo menstrual”. Esta regularidad, apunta Serra, “puede variar por diversos factores: el estrés, determinada medicación o, entre otras, alteraciones de la tiroides”. En ningún caso, apunta el experto, puede relacionarse con que un grupo de mujeres compartan espacio por un periodo prolongado de tiempo.

	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	4	5	6	7
	11 PMS	12 PMS	13 Period	14 Period
	18	<div data-bbox="277 1108 656 1388" style="background-color: yellow; padding: 5px;"> irritable ✓ mood swings ✓ headache ✓ bloating ✓ </div>		21
			20	

Los científicos no han constatado ni siquiera que se trate de un fenómeno real. Lo más probable es que se trate de simple casualidad. “No está probado, está en el marco de la leyenda urbana”.

La primera persona que se tomó en serio estas sospechas fue **Martha McClintock**, una psicóloga estadounidense que en 1971 publicó un estudio en la revista *Nature* en la que afirmaba que la culpa de este fenómeno la tenían las **feromonas**. Para llegar a esta conclusión, McClintock estudió a 135 mujeres de una **residencia de estudiantes**, las cuales comenzaban a sincronizar sus ciclos a los cuatro meses de convivencia y para cuando llegaban al séptimo, la coincidencia era total, pero únicamente entre compañeras de habitación o amigas íntimas.



Al principio no supo darle una explicación coherente. No fue hasta casi treinta años después que planteó como posible causa de este fenómeno a las feromonas. Según la teoría de McClintock, las feromonas son unas moléculas a través de las cuales los humanos nos relacionamos de manera química entre nosotros. Las secretamos al sudar o a través de la orina y se elevan en el aire haciendo que las respiremos, sin percibir su olor ni nada de ellas. Según la teoría de McClintock, para que esta reacción química surgiera efecto en nuestro organismo hacía falta compartir una relación estrecha entre mujeres.

Hoy en día las investigaciones no le dan la razón a la psicóloga, ya que ni siquiera está comprobado que los seres humanos tengamos feromonas. Pese a ello, muchas son las mujeres que siguen creyendo que compartir espacios hace que las menstruaciones se sincronicen.

Temas relacionados ▾



CARLES VILLALONGA ([HTTP://WWW.LAVANGUARDIA.COM/AUTORES/CARLES-VILLALONGA.HTML](http://www.lavanguardia.com/autores/carles-villalonga.html))

Periodista

Sigue a este autor en

