

### Escrito por: ROCÍO DELONG TAPEA

¿Porque insistimos en el contacto físico como una manera de comunicación que se está necesitando cada día más? Por qué a pesar de que este tipo de comunicación debería surgir en las personas como algo natural y de forma espontánea, que si te nace un sentimiento hacia otra persona de consolar, confortar o acariciar se debe de hacer, no siempre suele ser tan fácil en todas las personas.

A veces porque el que recibe el contacto físico no muestra la disponibilidad que esperamos y nos hace detener dicha manifestación, otra idea equivocada es que pensamos que este tipo de demostraciones sólo deben ser entre parejas y nos olvidamos que las relaciones humanas son también de amistad o de amor filial o a veces simple simpatía.

Es un hecho que la sociedad contemporánea ha aprendido a contener sus emociones o nunca se le enseñó cuando era pequeño, en los hombres por el malentendido “machismo” y que alude a que los hombres no deben demostrar sus sentimientos y deben ser fuertes o porque en la familia no hubo tales demostraciones y la persona al recibirlas no sabe qué hacer, se paraliza o simplemente no responde y sorprende al que manifiesta un sentimiento.

Otra razón actual, es que las personas piensan que el demostrar sus sentimientos los hace vulnerables ante los demás, que se pueden aprovechar de ellos, y prefieren esconder esos sentimientos a través de disfraces que el crea en todos los ámbitos de su vida.

Actualmente la gente se ha dado cuenta de la importancia de la llamada inteligencia emocional con la que se logra manifestar los sentimientos y hacerlo de manera adecuada, pero además el recibir el contacto físico es indispensable en las personas pues nacemos necesitados, la seguridad y la pertenencia que da al bebe un abrazo de su madre son tan necesarios como imprescindibles para un sano desarrollo emocional. Este contacto ya sea a través de abrazos, caricias y muestras de afecto es un apoyo en el desarrollo de la persona, lo necesita en toda su vida y también especialmente en la ancianidad. Quien no lo recibe de manera adecuada suele sufrir depresiones, por lo que también es curativo.

Recordemos siempre que nacemos, vivimos y morimos necesitados de amor por lo que debemos percibirlo siempre.