

un lado, despertándoles en cuanto comienza el ensueño; la disminución del ritmo respiratorio, que llega a veces a la parada de la respiración y que sería la causa de ciertas muertes súbitas de lactantes registradas durante el sueño, y la erección del pene (o del clitoris, en la mujer), que no tiene ninguna relación con el contenido erótico o no del ensueño, observándose tanto en el lactante como en el viejo.

Ensueño= condiciones de seguridad

Al contrario de lo que escribió Freud, el ensueño no es el guardián del sueño, sino que se produce cuando aparecen los signos biológicos de «sueño profundo»; esto es, de seguridad. La fase de ensueño es el momento más peligroso para la vida de un animal, pues es entonces cuando más fuertes han de ser los estímulos que consigan despertarle. Sólo en el embrión de pollo en el huevo, en el feto en la vida intrauterina o en el recién nacido nidícola puede aparecer el ensueño en plena vigilia, pero en ese caso las señales biológicas de seguridad vienen del protector medio materno.

Existen entre los animales marcadas diferencias en lo que se refiere a la duración del sueño. Los animales constantemente perseguidos (herbívoros, roedores, etcétera), que han de permanecer despiertos mucho tiempo para huir de sus enemigos y buscar su alimentación escasamente energética, duermen poco y sueñan poquísimos (diez a quince minutos diarios). Por el contrario, los carnívoros, que resuelven pronto su problema alimenticio a costa de los herbívoros, duermen, en general, seguros y sueñan mucho, sobre todo si se trata de animales domésticos; por ejemplo, el gato sueña unos doscientos minutos por día y constituye así el animal de experimentación ideal para los neurofisiólogos que estudian el sueño y el ensueño.

Valor del ensueño

A través de toda una serie de complejas investigaciones, Michel

Jouvet ha llegado a la conclusión de que el ensueño sería el ensayo en la vida intrauterina, o más tarde, durante el sueño, de los numerosos mecanismos cerebrales integradores y motores que sirven de base a los comportamientos innatos o instintivos que aparecen en cada etapa del desarrollo del individuo: comportamiento posnatal (búsqueda del alimento, comportamiento de agresión o de defensa, o marcado del territorio, comportamiento sexual y otros). La función del ensueño consistiría así en preparar, organizar y programar las secuencias motoras, a fin de que estén perfectamente a punto cuando lo exijan las condiciones del medio externo e interno.

Ese fenómeno es casi permanente en la vida intrauterina, en el momento de la maduración de las estructuras más complejas del sistema nervioso y de la integración de los problemas innatos que deberán emplearse al nacer. Más tarde, en el período posnatal e incluso en el adulto, es indispensable la organización o reorganización de los programas presentes al nacer, operación que debe efectuarse en circuito cerrado; esto es, durante el sueño. Parece imposible, en efecto, que esa programación pueda realizarse en estado de vigilia, cuando la mayoría de las neuronas motoras y de los circuitos de integración de la corteza cerebral están sometidos a la influencia de los fenómenos exteriores.

Todo ello significa que en el animal privado de ensueños (lo que es factible mediante la administración de ciertos medicamentos) durante el período intrauterino y neonatal, no se efectuaría esa programación, y aparecerían trastornos importantes. Hasta la fecha, no han vivido el tiempo necesario para observar tales trastornos los ratones privados de ensueños inmediatamente después de nacer.

El ensueño conserva, pues, buena parte de sus misterios, pero es evidente que no podrá explicarse satisfactoriamente el funcionamiento del cerebro humano mientras no se halle la clave que explique nuestros cien minutos diarios de ensueño. ■ Dr. J. A. VALTUEÑA.

