

Où : PR2 - Thème 1 - Module 1.3 - Dix-septième vidéo de ce thème dans les ressources vidéo : "Votre cerveau veut que vous ayez des relations sexuelles. Voici comment cela fonctionne. | Better | NBC News

<https://youtu.be/4DJ0F-UFF4g>

### **VIDÉO : Votre cerveau veut que vous fassiez l'amour. Voici comment cela fonctionne.**

Le désir de sexe est inscrit dans notre cerveau et notre corps. Il s'agit d'un phénomène évolutif. Tous les êtres vivants sont poussés à se reproduire d'une manière qui échappe à notre contrôle. Ainsi, quelle que soit votre orientation sexuelle ou votre désir d'avoir des enfants, votre cerveau veut que vous ayez des relations sexuelles. Nous explorons ici l'influence du monde sur notre cerveau et sur nous-mêmes. Lorsque vous voyez l'objet de votre désir, l'hypothalamus alimente votre convoitise en stimulant vos hormones sexuelles, la testostérone et l'œstrogène provenant des testicules et des ovaires. C'est pourquoi certaines femmes font état d'une plus grande motivation sexuelle au moment de l'ovulation, lorsque les niveaux d'œstrogènes sont les plus élevés. Lorsque l'activité sexuelle commence et que l'excitation augmente, le cerveau désactive des éléments tels que le cortex préfrontal, qui régule des fonctions importantes telles que le comportement rationnel et la conscience de soi. Vous pouvez donc avoir l'impression de perdre le sens de vous-même ou votre maîtrise de soi. Pendant ce temps, les activations dans des zones comme le cervelet augmentent rapidement. Le cervelet aide à traiter les émotions, ce qui vous permet de vous sentir connecté à votre partenaire, mais il augmente également la tension musculaire dans tout le corps, préparant ainsi le terrain pour l'orgasme et, au moment de l'orgasme, trente régions différentes de votre cerveau s'emballent. Des zones comme l'hypothalamus et le noyau accumbens sont très actives. C'est pourquoi l'orgasme n'affecte pas seulement les organes génitaux, mais accélère également les systèmes respiratoire et circulatoire et resserre certaines parties du corps, notamment le ventre et les cuisses. D'autres régents cérébraux, comme le cortex frontal orbitofrontal latéral, s'éteignent, créant la sensation de corps extérieur que vous pouvez ressentir pendant l'orgasme. Ce crescendo d'activités dure environ dix à vingt secondes, puis se calme rapidement. La glande pituitaire envoie de la prolactine qui crée cette lueur d'espoir après l'acte sexuel et une sensation de somnolence et de paresse. Pendant ce temps, dans la minute qui suit l'orgasme, l'hypothalamus produit également de l'ocytocine, connue sous le nom d'hormone de liaison. Elle est rejointe par d'autres hormones d'humeur, qui peuvent circuler jusqu'à cinq minutes, et c'est pourquoi le sexe est si agréable pour votre cerveau, même longtemps après le grand moment.