

Dove: PR2 - Argomento 1 - Modulo 1.3 - Video 17 su Risorse video: "Il tuo cervello vuole che tu faccia sesso. Ecco come funziona".

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

VIDEO: Il tuo cervello vuole che tu faccia sesso. Ecco come funziona.

Il desiderio di sesso è codificato nel nostro cervello e nel nostro corpo. È evolutivo. Tutti gli esseri viventi sono spinti a riprodursi in un modo che sfugge al nostro controllo. Quindi, indipendentemente dal vostro orientamento sessuale o dal vostro interesse ad avere figli, il vostro cervello vuole che facciate sesso. Questo è il tuo cervello on, in cui esploriamo come il mondo influisce sul nostro cervello e su noi stessi. Quando vedete l'oggetto del vostro desiderio, l'ipotalamo alimenta la vostra brama, stimolando gli ormoni sessuali, il testosterone e gli estrogeni provenienti dai testicoli e dalle ovaie. Ecco perché alcune donne riferiscono livelli più elevati di motivazione sessuale nel periodo dell'ovulazione, quando i livelli di estrogeni sono più alti. Con l'inizio dell'attività sessuale e l'aumento dell'eccitazione, il cervello disattiva registri come la corteccia prefrontale, che regola funzioni importanti come il comportamento razionale e la consapevolezza di sé. Si può quindi avere la sensazione di perdere il senso di sé o l'autocontrollo. Nel frattempo, l'attivazione di aree come il cervelletto aumenta rapidamente. Il cervelletto aiuta a elaborare le emozioni, facendovi sentire connessi al vostro partner, ma aumenta anche la tensione muscolare in tutto il corpo, preparando il terreno per l'orgasmo e, nel momento del climax, trenta diversi registri del vostro cervello si scatenano. Aree come l'ipotalamo e il nucleo accumbens sono altamente attive. Ecco perché l'orgasmo non ha effetti solo sui genitali, ma accelera anche i sistemi respiratorio e circolare e stringe parti del corpo, tra cui lo stomaco e le cosce, e il vostro centro di riformulazione cerebrale riceve letteralmente migliaia di segnali di piacere dal vostro sistema nervoso completamente impegnato. Altri registri cerebrali, come la corteccia frontale orbitofrontale laterale, si spengono, creando la sensazione di corpo esterno che si può provare durante l'orgasmo. Questo crescendo di attività dura circa dieci o venti secondi e poi si calma rapidamente. La ghiandola pituitaria invia la prolattina che crea il post-sesso e una sensazione di sonnolenza e pigrizia. Nel frattempo, dopo circa un minuto dall'orgasmo, l'ipotalamo produce anche l'ossitocina, nota come ormone del legame. A questo si aggiungono altri stimolatori dell'umore, che possono fluire fino a cinque minuti, ed è per questo che il sesso fa sentire così bene il cervello, anche molto tempo dopo il grande momento.