

Dónde: PR2 - Tema 1 - Módulo 1.3 - Vídeo 17 en Recursos de vídeo: "Tu cerebro quiere que tengas sexo. Así es como funciona"

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

VÍDEO: Tu cerebro quiere que tengas sexo. Así es como funciona.

El deseo sexual está codificado en nuestro cerebro y nuestro cuerpo. Es evolutivo. Todos los seres vivos están impulsados a reproducirse de una forma que escapa a nuestro control. Así que, independientemente de tu orientación sexual o de tu interés real por tener hijos, tu cerebro quiere que tengas sexo. Este es tu cerebro encendido, donde exploramos cómo el mundo afecta a nuestros cerebros y a nosotros mismos. Cuando ves el objeto de tu deseo, el hipotálamo alimenta tu lujuria, estimulando tus hormonas sexuales, la testosterona y el estrógeno de los testículos y los ovarios. Por eso algunas mujeres manifiestan una mayor motivación sexual en la época de la ovulación, cuando los niveles de estrógeno son más altos. Cuando comienza la actividad sexual y aumenta la excitación, el cerebro desactiva regentes como el córtex prefrontal, que regula funciones importantes, como el comportamiento racional y la autoconciencia. Por eso, puedes sentir que pierdes el sentido de ti mismo o el autocontrol. Mientras tanto, zonas como el cerebelo se activan rápidamente. El cerebelo ayuda a procesar las emociones y te hace sentir conectada con tu pareja, pero también aumenta la tensión muscular en todo el cuerpo y prepara el terreno para el orgasmo. Zonas como el hipotálamo y el núcleo accumbens están muy activas. Por eso el orgasmo no sólo afecta a los genitales, sino que también acelera los sistemas respiratorio y circular y tensa partes del cuerpo como el vientre y los muslos, y tu centro de respuesta cerebral recibe literalmente miles de señales de placer procedentes de tu sistema nervioso totalmente activado. Otros regentes cerebrales, como el córtex frontal orbitofrontal lateral, se desconectan, creando la sensación corporal externa que puedes sentir durante el orgasmo. Este crescendo de actividades dura unos diez o veinte segundos y luego se calma rápidamente. La glándula pituitaria envía prolactina, que crea esa sensación posterior al sexo y una sensación de somnolencia y pereza. Mientras tanto, aproximadamente un minuto después del orgasmo, el hipotálamo también produce oxitocina, conocida como la hormona del vínculo. A esta hormona se le unen otras que alteran el estado de ánimo, que pueden fluir hasta cinco minutos, y por eso el sexo le sienta tan bien al cerebro, incluso mucho después del gran momento.