

Sesso senza amore?

la parola alla scienza...

Uno studio svizzero-canadese risponde a una delle domande più diffuse tra le chiacchiere da spiaggia



Quanto è forte il rapporto tra sesso e amore? E fino a che punto si può essere dipendenti da essi? Uno studio svizzero-canadese ha fatto chiarezza sulla questione, affermando che la passione e il batticuore "accendono" due aree ben distinte del cervello. Ma che sono in qualche modo comunicanti tra loro, il che non esclude che una semplice avventura di solo sesso possa trasformarsi in una storia d'amore importante e duratura. Fino a sfociare a volte in una vera e propria dipendenza, quasi come la droga. Quali sono le novità dimostrate da questo studio? Abbiamo cercato di capirle con l'aiuto di un esperto.

82

Dipendono da aree differenti

Due aree del cervello, separate ma comunicanti. Sono queste le "case" in cui abitano il piacere sessuale e l'amore. A confermarlo è uno studio pubblicato sul "Journal of sexual medicine", condotto da un gruppo di scienziati della Concordia university di Montreal (Canada) e dell'università di Ginevra (Svizzera) e coordinato dallo psicologo Jim Pfaus, che evidenzia come l'amore e il sesso siano regolati da due aree del nostro cervello. Una conclusione a cui l'équipe è giunta esaminando 20 studi in cui veniva analizzata l'attività dei circuiti cerebrali di persone a cui erano mostrati sia foto e video erotici sia immagini che ritraevano il partner. Da questa fotografia del cervello si è poi riusciti a creare un'inedita mappa di questi due sentimenti.

"insula"
è l'area cerebrale
che processa l'amore



il parere DELL'ESPERTO



«La carenza di stimoli porta alla ricerca d'altro»

Che cosa aggiunge questa ricerca a quello che già si sapeva sulle dinamiche amore-sesso? Lo abbiamo chiesto allo psichiatra e sessuologo Marco Rossi.

Che l'amore e il sesso fossero in qualche modo legati era una cosa già nota?

Si sapeva in modo empirico, non dal punto di vista scientifico. Questo studio spiega una cosa importante, cioè che l'amore e il sesso sono processati in due luoghi differenti dal nostro cervello, ma sono in correlazione. Si tratta di una scoperta che dice molto sui nostri comportamenti. Il tradimento, per esempio, dipende da una diminuzione dell'amore, perché la passione cerca un sostituto. Proprio come accade per le droghe, come ribadisce questo studio. L'amore e il sesso hanno effetti molto importanti sul nostro cervello e questa ricerca finalmente chiarisce come il nostro organismo risponde a questi stimoli con atteggiamenti e comportamenti differenti.

In che modo il nostro cervello riesce ad autoregolarsi e spingere la persona verso la fedeltà?

Quando i recettori del nostro cervello raggiungono la saturazione non hanno bisogno di altro. Se l'insula è attivata dall'amore e lo strito dalla passione sessuale, il cervello riuscirà ad autoregolarsi perché non sentirà il bisogno di altri stimoli. Lo stesso accade nelle persone che sviluppano una dipendenza: nel momento in cui assumono una dose della sostanza o quando hanno di fronte a sé l'oggetto che scatena il proprio desiderio. Questa ricerca afferma una cosa molto importante, cioè che il desiderio è quasi un bisogno fisiologico dell'organismo. Se cessa di essere stimolato, è proprio il nostro cervello a indirizzarci verso qualcosa o qualcuno che possa riportare i circuiti che processano questo sentimento a essere nuovamente accesi.

Il sesso secondo lei è più bello con o senza amore?

Sesso e amore devono andare di pari passo. La nostra società occidentale tende spesso a ritenere che fare l'amore e fare sesso siano due cose agli antipodi, da destinare l'uno alla persona che si ama e l'altro a relazioni meno coinvolgenti. In questo modo, però, credo si crei grande confusione: in realtà anche con il proprio partner il momento sessuale riveste una grande importanza. L'amore e il sesso rispondono a canoni diversi, ma che devono andare di pari passo in una relazione che vuole essere completa sotto tutti i punti di vista.

Perché d'estate è più facile avere una relazione di solo sesso?

Durante il periodo estivo è più facile incontrare persone nuove soprattutto perché risulta più semplice socializzare, anche perché in molti casi si è senza il partner. Questa ricerca ribadisce ancora una volta che il tradimento dipende sempre dal fatto che nella relazione manca qualcosa: se il cervello non è stimolato, va alla ricerca di un sostituto.

Servizio di Alessia Lucifora

Leros è proprio come una droga

La ricerca non afferma solo che sesso e amore sono distinti dal punto di vista cerebrale. L'insula, la zona del cervello che processa l'amore, è la stessa coinvolta nelle dipendenze. Dunque, più che essere il sesso a diventare una vera e propria mania, è il sentimento amoroso, il batticuore, a creare dipendenza nella persona.

■ È forse proprio per questo che l'amore spesso e volentieri assomiglia a una malattia. Il desiderio di vedere l'amato, il senso di mancanza e il cosiddetto "mal d'amore", fino alla disperazione quando si perde la persona amata: sono tutte sensazioni che si sperimentano anche dal punto di vista fisico e sono simili a quelle che può provare una persona dipendente da droghe o da comportamenti e relazioni disfunzionali. In entrambi i casi è proprio l'insula a processarle.

Se si è innamorati non si tradisce?

Nonostante l'amore sia riconosciuto dal cervello come se fosse una vera e propria droga e il desiderio sessuale accenda circuiti cerebrali differenti da quelli che stimola invece il batticuore, sembra che la monogamia e la fedeltà non siano un'utopia. È proprio il cervello a far sì che questo accada: l'amore, infatti, attiva circuiti differenti legati alla monogamia e alla fedeltà di coppia. Inoltre, alcune aree cerebrali sarebbero meno attive quando una persona è innamorata rispetto a quando prova solamente desiderio sessuale. Secondo la scienza, quindi, l'amore con la A maiuscola riesce davvero a spegnere la sete di conquista: una scoperta da tenere bene a mente se il proprio partner tradisce dichiarandosi allo stesso tempo innamorato fofle.

Sempre legati tra loro

Secondo la ricerca, il sentimento amoroso è processato dall'insula, una parte della corteccia cerebrale che si trova sulla superficie laterale del cervello, all'interno del solco laterale che suddivide il lobo temporale dalla corteccia parietale inferiore.

■ Questa zona del cervello viene anche definita "area della ricompensa" ed è fondamentale nella rappresentazione corporea dell'esperienza emozionale soggettiva. In particolare, questa regione gioca un ruolo importante nel regolare il dolore, l'ira, la paura, l'ansia, il disgusto, la felicità e la tristezza.

■ Il desiderio sessuale, invece, è dipendente dallo striato, che è collocato nelle vicinanze all'interno del prosencefalo. Questa area del cervello si accende anche quando viene stimolata da cose che sono piacevoli di per sé, come per esempio il sapore dei cibi. Secondo il dottor Pfau: «Mentre il desiderio sessuale si pone un obiettivo preciso e concreto, cioè l'atto intimo, l'amore è qualcosa di molto più astratto e complesso, indipendente dalla presenza fisica della persona oggetto del sentimento».

■ Può dunque esistere il sesso senza amore? «Amore e desiderio sessuale attivano aree del cervello specifiche, ma correlate l'una all'altra». È questa la risposta di Jim Pfau, secondo cui quindi amore e sesso sono due sensazioni differenti ma comunque imprescindibili l'una dall'altra.