

Più scienza che arte: le verità inattese del sesso

Un saggio spiega le scoperte più recenti, tra chimica e biologia
“Dietro il romanticismo dominano le leggi della Natura”

il caso

FEDERICO TADDIA

Parlare del piacere dal punto di vista scientifico aiuta a comprendere meglio quella misteriosa macchina che è il nostro corpo: avere consapevolezza e competenza di come siamo e come funzioniamo non può che farci vivere meglio. Sopra e sotto le lenzuola». Perché lo facciamo di notte? Esiste il punto G? Quali sono le aree del cervello coinvolte nell'accoppiamento? E ancora: quanti secondi può durare un orgasmo, a che serve simulare e quali sono i muscoli coinvolti in un bacio?

Comprendere il sesso per vivere meglio l'amore: è con questo approccio che Alice Pace, 33 anni, divulgatrice con in tasca una laurea in chimica e tecnologie farmaceutiche e un dottorato in nanotecnologie, ha affrontato tutti gli aspetti della sessualità con gli occhi della ricercatrice, dando vita a «Hot. La scienza sotto le lenzuola» (Codice Edizioni), un agile

manuale di immediata lettura, utile al singolo e alla coppia.

«Quando parli con la persona l'impressione è sempre quella che non se ne sa abbastanza - spiega la Pace - A scuola si parla di anatomia ma non di piacere, riviste e rubriche televisive millantano continuamente nuove scoperte o consigli risolutivi, si danno per scontate tantissime nozioni per rendersi poi conto che non se ne sa un granché». Meno romanticismo e più neuroscienze quindi, per leggere i nostri vissuti con la chimica, la fisica e la fisiologia.

Sangue e ossigeno

Si parte dal cuore che improvvisamente palpita davanti al partner desiderato: merito del nostro muscolo che, più ottimista di noi, nell'eventualità di un rapporto sessuale si porta avanti aumentando l'afflusso di sangue e ossigeno. Così come non sono modi di dire le «ginocchia che tremano» e «si è fermato il tempo»: nel primo caso la percezione di gambe deboli deriva dall'alta concentrazione in circolo della noradrenalina, nel secondo invece è sempre la stessa sostanza che porta a focalizzarci

sul «qui ed ora», ovattando tutto ciò che in quel momento potrebbe arrecare disturbo. E nessuna poesia neppure negli occhi sfavillanti: è uno dei tanti effetti dell'impennata di livelli di dopamina, che genera la dilatazione delle pupille in contemporanea alla contrazione delle palpebre. Lunghezza del pene e masturbazione, contraccettivi e orgasmo, efficacia delle prestazioni e sex toy: con estremo rigore la Pace affronta senza pruderie e con leggera ironia le molteplici sfere della sessualità, facendo pulizia dei preconcetti e chiamando le cose con il loro giusto nome.

«Un intero capitolo l'ho dedicato al bacio poiché mi ha davvero sorpreso scoprire quanta scienza ci sia dietro a questo atto: dal sapore, che ci dà in un istante la percezione dello stato di salute della persona, al gran numero di muscoli facciali, dai 23 ai 34, che entrano in azione. Per non parlare degli conseguenze: l'azione sinergica sui centri del piacere di dopamina, ossitocina, serotonina e adrenalina con i relativi effetti, come l'euforia e l'esaltazione o il rafforzamento del sentimento di attaccamento nella coppia. E poi il crollo del cortisolo, "l'ormone dello stress", che ci rende rilassati e a nostro agio». E quello che forse Cupido non sa è proprio quanto i cinque sensi siano de-

terminanti nell'attrazione.

Il ruolo dei feromoni

Si parte dall'occhio, con i maschi che prediligono donne più minute di loro, con seno non necessariamente grande ma sodo, segno di giovinezza, e con un basso rapporto tra la circonferenza della vita e quella dei fianchi; mentre le donne indicano una preferenza verso individui più alti e ritengono più attraenti quelli con le spalle più larghe rispetto alla misura dei fianchi. Anche l'olfatto ha un ruolo specifico nella scelta del partner, e qui entrano in gioco i feromoni, molecole odorose liberate dal corpo in grado di trasmettere informazioni, ma ancora oggetto di studio e approfondimento. Poi l'udito: per i maschi risultano più intriganti le voci femminili con intonazione acuta e ariosa, mentre le femmine donne sono calamitate dal tono più grave, che denota una certa stazza corporea e probabilmente alti livelli di testosterone.

Rapporto con il piacere

«Non c'è la ricetta scientifica per innamorarsi di qualcuno e non m'interessa neppure ipotizzarla - conclude la Pace - Qualche informazione può essere anche utile e terapeutica, ma quello di cui c'è necessità è approfondire le componenti del sesso, per vivere più serenamente il rapporto con il piacere».

© BY NC ND ALCUNI DIRITTI RISERVATI

È vero

1

Fare l'amore fa bene alla salute

Studi scientifici dimostrano i tanti benefici fisiologici, tra cui il contrasto all'invecchiamento, l'aumento delle difese immunitarie e il mantenimento nei giusti parametri di pressione arteriosa e colesterolo. Nei maschi quattro eiaculazioni a settimana possono ridurre di un terzo il rischio di tumore alla prostata.

2

Anche l'occhio vuole la sua parte

L'immagine visiva è la prima componente dell'attrazione. Tra le parti del corpo più coinvolte nella scelta c'è il volto: requisito determinante è la simmetria bilaterale, cioè l'ipotetica linea verticale che tocca la fronte, la punta del naso e il mento. Volti e corpi simmetrici sono indice di un sano sviluppo.

3

Il primo bacio non si scorda mai

Il primo contatto bocca a bocca con un'altra persona è capace di fissarsi nella memoria più del primo rapporto sessuale: si ricorda nel tempo oltre il 90% dei dettagli. Il bacio ha un'altissima concentrazione di terminazioni nervose: il contatto coinvolge ben cinque dei 12 nervi del cranio dell'essere umano.

3

Esistono gli orgasmi "da sogno"

Svegliarsi nel bel mezzo di un orgasmo succede almeno una volta nella vita a più dell'80% degli uomini e al 40% delle donne. Accade durante la fase di sonno «Rem» e una delle ipotesi è che possa trattarsi di una strategia del nostro corpo per mantenere alta l'ossigenazione dei tessuti dei genitali.

È falso

1

Gli uomini cercano il sesso, le donne l'amore

Le donne sono predisposte quanto i maschi nei confronti del rapporto sessuale. E l'idea che siano più propense alla monogamia è errata: lo dimostrerebbe la capacità di raggiungere più orgasmi consecutivi. Il 50% degli uomini pensa al sesso almeno una volta al giorno, tra le donne la soglia scende al 20%.

2

Le dimensioni contano

A dispetto della pressione commerciale e della varietà di proposte non esistono prove sull'efficacia delle terapie di allungamento del pene. Inoltre non esiste un reale bisogno: la maggioranza degli uomini si colloca tra i 13 e i 18 cm. Quelli sotto la soglia problematica dei 7 cm non superano lo 0,6% della popolazione.

3

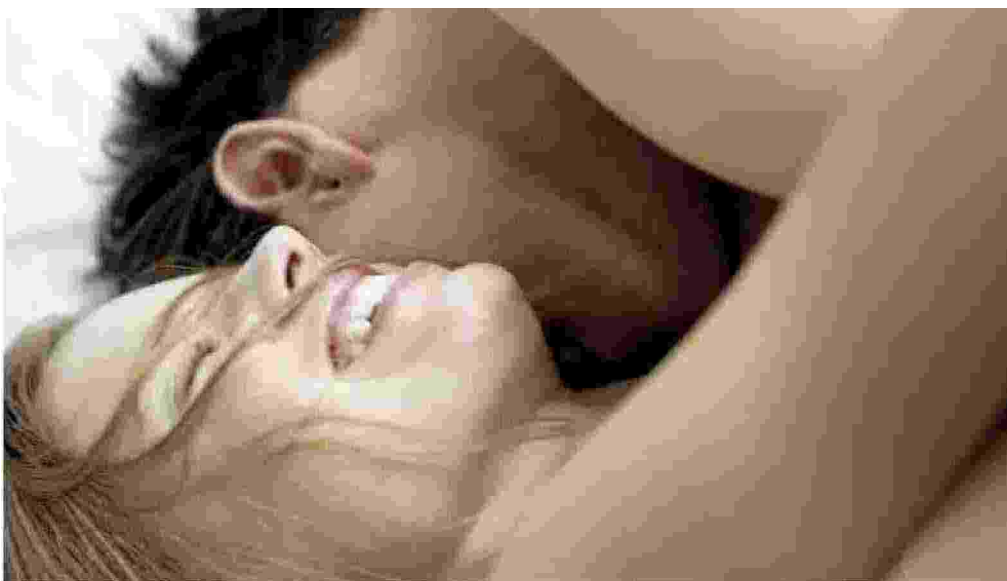
L'autoerotismo rende ciechi

Una bufala. Assieme ad altre, venne messa in circolo nel 1712 da un opuscolo intitolato «Onania»: pubblicato a Londra, con i consigli su come rinunciare a questa pratica considerata abominevole. Tra le raccomandazioni, c'era l'impiego di polverine vendute nella drogheria di uno degli autori del libello.

4

Alcuni cibi sono afrodisiaci

Non c'è alcuna relazione tra cibo e piacere. Le ostriche? Una leggenda originata dalla forma. Peperoncino e spezie piccanti? Aumentano sudorazione e battito cardiaco, risposte fisiologiche simili a quelle dell'eccitazione, nulla più. Banane, asparagi e carote innescano niente di più che un effetto placebo.



L'autrice
Alice Pace, 33 anni, laurea in chimica e tecnologie farmaceutiche e un dottorato in nanotecnologie. Sotto, la copertina del libro

