

Adicta al Sexo

Entonces, ¿qué es el sexo y cómo podemos llegar "a ser adictos" en él? Hay algo de ciencia detrás de todo esto ...

Primero, es "sexo" es cualquier actividad que provoca la excitación sexual por uno o las dos personas de la pareja: bañarse juntos, besarse profundamente y tocarse, sexo oral o anal. Todo es "sexo".

Aquí está la ciencia-cuando tenemos sexo con alguien nuestras neuronas del lado derecho del cerebro y el lado izquierdo se juntan, o "se engancha". Esto literalmente cambia nuestros cerebros, influyendo los procesos de pensar y afectan nuestras decisiones futuras. ¿Cómo es eso...?

El lado **derecho del cerebro** envía las neuronas del **placer** y el **lado izquierdo** del cerebro envía neuronas que vinculan, dejando una huella, como un grabado en el cerebro. Los neurotransmisores son visibles en los estudios de MRI.

Además, nuestros cuerpos producen hormonas que nos hacen sentir bien. Las mujeres producen oxitocina, llamada "la hormona del abrazo". Chicos también producen oxitocina y otra hormona llamada vasopresina que les permite crear lazos y los hace protectores de su pareja. Hombres y mujeres producen dopamina, que desempeña un papel importante en el comportamiento "recompensa-motivados". La dopamina es una droga tan fuerte como la cocaína. **Cualquier actividad sexual que resulte en excitación está produciendo estas vías y esas hormonas. Juntos forman una vinculación tal como un "pegamento" que mantiene dos pedazos de papel pegados.**

Fuimos hechos para crear relaciones a largo plazo y relaciones comprometidas que no se rompen fácilmente, relaciones que protegen, satisfacen y que algún día pueden incluir a niños. Los niños prosperan con padres que se encuentran en ese tipo de relación estable. La verdad es que, la mayoría de nosotros no hemos sido creados en ese tipo de ambiente, no lo hemos visto modelado, y muy pocos de los mensajes que obtenemos de la cultura, cine, y música nos dicen que las relaciones de tipo "hasta que la muerte nos separe" son muy importantes. Pero aun así nuestros corazones si lo hacen.

Debido a la impresión o "enganche" que ha ocurrido, cuando terminamos una relación que ha sido sexual, y comienza otra que implica el sexo, el cerebro izquierdo, el lado adhesivo, busca la información sobre la persona con la que estuvimos previamente, tratando de coincidir las vías de unión. Cuando no puede encontrar esa información, se forma una rotura. Para nuestros cerebros, es como si dos pedazos de papel fueron rotos. Si esto ocurre repetidamente con múltiples relaciones sexuales, nuestro cerebro tiene problemas formando vinculación (unión) y buenas conexiones. Se convierte en pocas palabras, en un pegamento **"no pegajoso"**. **Esto afecta a nuestra capacidad para desarrollar relaciones fuertes y comprometidas. Además de esto, el lado derecho del cerebro, el lado que envía las neuronas del placer se convierten en el lado**

dominante. El deseo de estimular esas hormonas que nos hacen sentir bien otra vez es buscado una y otra vez. Esto hace que la adicción sexual o buscar el sexo simplemente por placer y no para una relación, se convierta en nuestra fuerza impulsora.

¿Puedes ver cómo el sexo practicado en la forma equivocada te pone en riesgo en muchos sentidos? El mayor riesgo de enfermedades de transmisión sexual y otras infecciones o enfermedades. Unas que son curables. Otras que quizás tengas por el resto de tu vida, y otras que no tienen ninguna cura. Hay también riesgo de infertilidad o de tener que enfrentar las decisiones complicadas que vienen con un embarazo inesperado. Cuando la vinculación en nuestro cerebro se lastima, y el nivel del divorcio o separación de los padres aumenta. Tal vez conoces personalmente como es.

El sexo es ciencia seria y algo muy serio. Tomandolo en serio puede traer satisfacción, alegría y hasta éxtasis, pero también paz en tu corazón y la mente. Es un mensaje que nuestra salud y nuestro corazón quieren oír.

Y ciencias de la información tomada de" Enganchado" : Enganchado : Nueva Ciencia sobre Cómo Sexo Casual está Afectando Niños; 2008 , Northfield Publishing.

"Hooked' and science information taken from: Hooked: New Science on How Casual Sex is Affecting Our Children; 2008, Northfield Publishing.