

Hormonas y Sexualidad



En el área de la sexualidad humana, la función que ejerce el sistema endócrino, sólo forma una pequeña parte de nuestra estructura física y nuestros procesos biofisiológicos. Si hombres y mujeres fuéramos sólo hormonas, la relación sexual sería una actividad fisiológica sometida y esclavizada a la dictadura de la química, y aunque fundamental, su papel **siempre** coexistirá con condiciones psicoemocionales y socioculturales. *Les invito a un recorrido por algunas de las funciones que ejercen algunas hormonas sobre nuestra sexualidad.*



Además de la reproducción, las hormonas *juegan* un papel importante en el *deseo*, la *motivación*, la *sensibilidad emocional* y la *fuerza* que impulsa a cada uno de nosotros/as a pasar a una o varias prácticas, con la finalidad de obtener, dar y compartir placer. Es bien conocido que las

hormonas sexuales *ejercen* una *profunda* y decisiva *influencia en el pensamiento y la conducta*, que *literalmente*, nos empujan a arrojarnos en los brazos de otros y otras *en la actividad sexual*. Este impulso se ha considerado poderoso y urgente, imponiéndose *completamente* al instinto de seguridad y supervivencia personal; quizá esto explicaría **en parte** la frase aquella que solemos decir cuando nos colocamos ante una práctica de riesgo “me ganó la hormona”, aunque esto deslinde la *responsabilidad* que hombres y mujeres tenemos *sobre nuestra salud sexual y reproductiva*.

A partir de la pubertad, el *cerebro ordena* la *producción* de unas hormonas *que estimulan* a testículos y ovarios para producir

testosterona, estrógenos y progesterona, que son imprescindibles para el *desarrollo corporal* y la producción de óvulos y espermatozoides, conduciendo a la adquisición de la capacidad reproductora en mujeres y hombres; de hecho, la actividad de las glándulas sexuales influyen también en la secreción adecuada de otras glándulas como la hipófisis y la tiroides.



La oxitocina que se libera para contraer el útero al momento del parto, *favorece* también el establecimiento de vínculos entre personas, estimula los órganos sexuales e intensifica *el orgasmo*. La serotonina, conocida como “la hormona del *placer*”, es *responsable precisamente* del estado de *relajación, tranquilidad y placer* que se nos regala después o al terminar una respuesta sexual, pues su concentración aumenta durante la actividad sexual y sobre todo, *durante y después del orgasmo*.

Las glándulas suprarrenales son las principales reguladoras de la potencia sexual en hombres y mujeres, y es la glándula más influida por la excitación sexual, se encargan de una parte de la producción de testosterona, una cantidad relativamente minúscula de estrógenos y también de adrenalina.



La adrenalina es una especie de mensajero de la acción, *produce* la euforia y la *emoción* entre quienes se *atraen erótica y/o afectivamente*, colaborando a incrementar el sudor o acelerar la palpitación del corazón y la respiración durante la fase de excitación, además, junto con otras hormonas, el sistema nervioso y vascular son responsables de la erección y la lubricación.



La testosterona, que también producimos las mujeres, aunque 20 veces menos que el hombre, tiene una influencia *importante* en el *deseo*, el *impulso sexual* y la *agresión*.

Nuestros cambios de humor también se deben a las hormonas, *principalmente* a las femeninas, y es *responsabilidad* de la progesterona, el efecto sedante que la mayoría de las mujeres presentamos antes de la menstruación.

Lo importante aquí no es la cantidad, sino *el equilibrio* de estos microscópicos elementos en el organismo y por ponerles sólo un ejemplo, en la mujer, una excesiva secreción de testosterona puede producir aumento del *deseo sexual*, pero también efectos virilizadores como *el crecimiento* de pelo en la cara y la reducción de los pechos. Sin



www.centroliber.com

embargo, estos efectos que a algunos/as de nosotros/as pueden sonarnos poco gratos, resultan ser

esperanzadores para quienes se viven en un cuerpo distinto a su sentir o a su deseo, pues es el tratamiento hormonal, una de las bases *fundamentales* para la reasignación de género en personas transexuales y transgénero.



Así pues, de todos los elementos que constituyen nuestra esencia biofisiológica, las hormonas ejercen *la más profunda e intensa influencia*.

Med. y Sex. Mayra Pérez Ambriz

Mayra está de acuerdo y comparte la idea que plasma José Luis Arrondo, en su libro "La nueva sexualidad masculina" nos hemos liberado de la cadena que supone el vínculo inseparable entre el acto sexual y la procreación: el mantenimiento de la especie. Celebremos que cualquier día puede ser bueno para disfrutar con nuestros cuerpos como elementos de comunicación y placer.

PROXIMO BOLETIN: "ANTIDEPRESIVOS"

Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda puedes consultar nuestra página www.centroliber.com o escríbenos a centroliberhgo@centroliber.com



El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".





Aprendizaje y crecimiento trascendente
Psicología, Tanatología, Sexología y Más...
www.centroliber.com



Un lugar para educar sobre sexualidad y encontrar herramientas para disfrutar del placer...



Hoy más que nunca, necesitamos de tu apoyo. Conócenos y ayúdanos a continuar con nuestra labor.

www.milagrosaninos.com

Más y Mejor vida, se posible.

Tuxpan 63 int. 304 Col. Roma sur
(entre Bajío y Tehuantepec)
55 84 81 83 / 55643698