

Fedeltà e monogamia fra gli umani: le basi biologiche e culturali

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Ho cercato di essere fedele. Lo sono, nei primi due o tre anni di una storia. Poi mi riparte il trip dell'attrazione fisica: è più forte di me. Ho due figli, ben riusciti, con due mamme diverse. Se mi guardo intorno, la fedeltà vera è rara. Le chiedo: è determinata da cultura e religione, o può avere una base biologica?».

Mario G. (Padova)

Domanda impegnativa! Nel mondo animale, dove è massima la forza della biologia, ben il 3% degli animali è monogamo, anche se la promiscuità ottimizza la riproduzione della specie. Le caratteristiche salienti della monogamia animale includono: 1) condivisione del nido e del territorio da parte della coppia parentale sia nella stagione dell'accoppiamento, sia nelle altre stagioni; 2) comportamento aggressivo da parte di entrambi i partner, maschio e femmina, verso altri animali non familiari della stessa specie; 3) cura condivisa (!) dei piccoli; 4) riproduzione regolata socialmente; 5) evitamento dell'incesto attraverso la soppressione della pubertà nel gruppo dei piccoli, finché non sono autonomi.

La formazione delle coppie è molto studiata nelle arvicole, piccoli roditori della famiglia dei Cricetidi, di cui esistono varietà monogame e altre poligame, come negli umani. Come si valuta un comportamento monogamo? In laboratorio si studia la preferenza, quando l'animale può scegliere fra la partner stabile o quella nuova. Le arvicole maschie monogame fanno rapidamente la distinzione, stanno di regola con la partner e restano sole meno del 20% del tempo. All'opposto, le arvicole poligame stanno sole più del 90% del tempo, accoppiandosi solo nella stagione degli amori.

L'ossitocina, ormone dell'amore con potente effetto anti-stress, nelle arvicole come negli umani, è prodotta in alte quantità nell'accoppiamento. E' l'ormone che protegge la fedeltà, nelle femmine. Nei maschi è più potente la vasopressina, il prototipo arcaico dell'ossitocina, con un effetto di dominanza e gelosia. Ossitocina e vasopressina modulano la resilienza, ossia la capacità di resistere bene allo stress, che aiuta la sopravvivenza individuale e della specie, l'accoppiamento di successo e la vita sociale.

Nella nostra specie, più poligama biologicamente, la monogamia ha radici culturali e religiose, con un denominatore comune: la stabilità della famiglia ottimizza le probabilità di sopravvivenza dei piccoli, che dipendono molto più a lungo dalle cure parentali. Dal punto di vista biologico, la fedeltà è un dono energeticamente costoso, che un/a partner fa all'altro/a, soprattutto negli anni ardenti della giovinezza. Il premio della fedeltà viene sul lungo termine: le coppie stabili e affettuose invecchiano meglio, grazie all'effetto protettivo dell'ossitocina sul sistema immunitario e sull'omeostasi, la capacità di mantenere l'equilibrio interno nonostante gli stress. Anche la sessualità di entrambi ne beneficia, ben oltre la stagione degli amori.

Pillole di salute

«Il desiderio intenso può anticipare l'ovulazione?».

Isa (email)

Sì. Per questo è meglio proteggersi da concepimenti non desiderati, o con la contraccezione ormonale, o con il profilattico usato regolarmente, fin dall'inizio del rapporto.
