

Ossitocina: il neuroormone dell'amore e della salute

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho letto con interesse il suo ultimo articolo, in cui dice che nell’attrazione sessuale c’è una forte componente chimica, legata ai feromoni. Esiste anche un ormone dell’amore e della tenerezza, o lì valgono solo i sentimenti?”.

Alberto C.

Gentile Alberto, tutto quello che ci accade di emotivo, affettivo o sessuale si fonda sulla realtà del nostro corpo e dei miliardi di molecole che lo compongono, che si modificano continuamente in rapporto alla situazione esistenziale e ambientale che ci circonda. Le emozioni positive e negative, l’amore e il desiderio non sono nuvole colorate sopra la testa: abitano tutto il nostro organismo, chimicamente. A sua volta, l’esperienza psichica modifica il corpo e le sue molecole. Basti pensare allo stress che ci fa ammalare o, di converso, all’integrazione di ferro che migliora rapidamente l’umore, l’energia vitale e la memoria. Poi, per chi crede, c’è la dimensione spirituale, intangibile e invisibile, ma quello è un altro discorso.

Ciò premesso, la risposta alla sua domanda è affermativa: esiste effettivamente un neuroormone, l’ossitocina, che “scrive” nel nostro cervello il nome, il profumo, il volto della persona, ma anche di un animale amato, che ci vuole bene e ci rende felici.

Come opera l'ossitocina?

L’ossitocina agisce sia sul cervello, sia su molti organi periferici. Aumenta nel sangue e nel cervello del bambino allattato al seno della mamma: il primo fortissimo legame d’amore della nostra vita è scritto proprio dall’ossitocina. Che si accresce anche quando abbracciamo un amico o un’amica con affetto. E quando abbiamo un orgasmo: è l’ossitocina che ci dà il senso di appagamento, di soddisfazione, di sazietà affettiva ed erotica, e quella bella voglia di stare abbracciati, dopo l’amore.

Tutto questo non toglie nulla alla bellezza dell’amore e dell’attaccamento affettivo. Siamo sempre noi i protagonisti della nostra vita, in tutte le sue declinazioni. Ma è appassionante comprendere che cosa accade dentro di noi quando, amati e amanti, ci sentiamo più felici.

L'ossitocina agisce solo nella sfera affettiva?

No: stimola anche i recettori per gli estrogeni e il progesterone, creando quindi le condizioni biologiche per un potenziamento della risposta sessuale. Inoltre determina le contrazioni dell’utero durante il travaglio e aiuta a iniziare l’allattamento.

L’ossitocina modula anche il metabolismo osseo ed energetico. In modelli sperimentali, la somministrazione di ossitocina a topini che per modificazioni genetiche non la producono induce:

- una riduzione dell’osteopenia;

- un miglioramento dell'adiposità del midollo osseo;
- la regolazione del peso corporeo;
- la regolazione dei livelli di grasso intra-addominale.