

SEXUALIDAD / TENDENCIAS

Estudio afirma que el mal sexo provoca mal humor en las mujeres. Mira acá el detalle

El Ciudadano · 18 de noviembre de 2015



Hay muchas cosas que nos ponen de mal humor, el estrés diario, la forma en la que otras personas alteran nuestra tranquilidad, la rutina, la lentitud de la gente, etc. Pero uno de los factores que pueden alterar completamente nuestro humor es definitivamente el sexo, tanto si es bueno como malo.

Después de una noche placentera con nuestra pareja amanecemos con muchas más energías, nos sentimos más positivas y tenemos una actitud diferente. ¿Por qué? Porque lo físico influye muchísimo en el aspecto emocional y psíquico.

La clave para entender la importancia del sexo, como casi todo lo relacionado con el cuerpo humano, está en el cerebro y además en la sangre. Las hormonas sexuales están con nosotros toda la vida y son estas las que influyen nuestro comportamiento en cuanto al sexo. Se producen en los testículos y ovarios y llegan al cerebro y al sistema nervioso. Una publicación del **Doctor Ignacio Camacho, biólogo de la Universidad Autónoma de México**, afirma que las hormonas sexuales, estradiol y progesterona en las mujeres y testosterona, en los hombres; influyen en varios aspectos, entre ellos: la memoria y el estado de ánimo.

Ahí está otra de las claves para entender la influencia de las relaciones sexuales en el comportamiento. Esteban Rodríguez, psicoterapeuta integral, explica mejor el funcionamiento de las hormonas sexuales en el cuerpo. Él aclara que los seres humanos tenemos unas hormonas que se relacionan directamente con el cerebro y esto influye en el estado de ánimo, además con nuestras propuestas para querer y para amar.

Pero llegar a tener una buena relación sexual no solo depende de cómo se den las cosas con tu pareja, también depende de ti. Según Rodríguez “Si no sabes hacer el amor contigo mismo, como puedes hacerlo con alguien más”. La sexualidad comienza en uno mismo y luego se expande hacia la pareja y esa es una de **las claves del buen sexo**.

Vía: <http://www.sabiasundato.com>

Fuente: El Ciudadano