

## «Mi piaci!». Attrazione di pelle e desiderio di un figlio

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 39 anni. In passato ho avuto qualche storia, mi sentivo innamorata, però non mi scattava il desiderio di figli. Pensavo di essere negata per la maternità. Da tre mesi sono innamorata di un ragazzo (per la verità un uomo, stessa mia età, ma io mi sento una ragazza e lo sento molto simile a me!) e mi è venuta una voglia pazzesca di avere un figlio. La mia amica dice che mi è scattata la sveglia da crisi dell'orologio biologico, invece io provo davvero una sensazione fisica, oltre che emotiva, unica, che non c'entra col fatto che ho 39 anni. E' possibile che il desiderio di figli scatti solo in alcuni tipi di attrazione fisica? E perché succede? Grazie!”.

Annalisa F. (Venezia)

Gentile Annalisa, sì, il desiderio di figli ha (anche) una potentissima base biologica. Certo, non posso escludere che a livello inconscio sia scattata la “sveglia da crisi dell'orologio biologico”, come dice la sua simpatica amica. Tuttavia è molto probabile che in lei siano ora dominanti quei fattori biologici specifici che ispirano le cicogne più ardenti, come lei ben intuisce e descrive.

### Le ragioni del corpo

Aspetto fisico, voce, comportamento sono i primi fattori che accendono l'attenzione e l'attrazione sessuale. Tuttavia, è l'odore, è il profumo di pelle, il fattore più potente dal punto di vista dell'attrazione “procreativa”, che si accende nell'intimità. E' questo che rende unica ai nostri occhi un'altra persona, che la differenzia in modo esclusivo da ogni altra, che ci fa innamorare appassionatamente e (a volte) perduto. Già a metri di distanza, mentre per esempio osserviamo gli altri a una festa, e con gli occhi scrutiamo se qualcuno/a ci interessa, se ci attrae più di un altro, ecco che le nostre antenne olfattive sono già allertate alla massima potenza, radar capaci di riconoscere quell'unico/a che più ci seduce. Ciascuno di noi ha infatti una vera e propria “carta d'identità olfattiva”, unica ed esclusiva. E' un'aura di odori, una nuvola invisibile e potentissima di molecole: i feromoni. Sono sostanze prodotte dal corpo, specialmente dalle ghiandole sebacee, dalla pubertà in poi, sotto la spinta degli ormoni sessuali, estrogeni e testosterone. Mediano molte funzioni diverse, essenziali alla sopravvivenza individuale e della specie: paura e panico, attaccamento tra mamma e piccolo (l'odore della madre è il primo a essere riconosciuto dal neonato), attrazione “di pelle” tra partner, ma anche avversione fisica.

I feromoni sessuali, in particolare, sono diversissimi tra un individuo e un altro, con l'eccezione dei gemelli identici (“monozigoti”). La loro composizione costituisce una vera e propria carta d'identità olfattiva, unica come lo sono le impronte digitali. Questa specialissima aura, invisibile e potente, è determinata e codificata dal nostro sistema immunitario: precisamente, dal sistema maggiore di istocompatibilità (Major Histocompatibility Complex, MHC), che determina tutte le caratteristiche uniche ed esclusive dei nostri tessuti. Tutta questa preparazione selettiva ha uno scopo prezioso: favorire il riconoscimento di un/a partner olfattivamente attraente. Un'attrazione

tanto più forte quanto più i due sistemi immunitari sono diversi. La diversità tra i due MHC predice infatti il massimo successo riproduttivo, cioè la maggiore fertilità con piccoli molto vitali, e tende a evitare la procreazione tra individui geneticamente simili. Questo ha per altro poco a che vedere con la capacità di essere genitori, che richiede tante anche altre caratteristiche: come ben sanno tutti coloro che concepiscono sull'onda di una travolgente attrazione di pelle e di odore, salvo poi lasciarsi per "incompatibilità di carattere". E' quindi possibile che lei stia vivendo proprio questo tipo di attrazione "biologicamente determinata", che determina il desiderio procreativo. L'urgenza quasi di concepire con ardore un bambino immensamente voluto col corpo e col cuore, con un compagno che, "riconosciuto" dal suo cervello come il più compatibile dal punto di vista olfattivo/immunitario, sembra quindi essere il partner biologicamente perfetto. O almeno il migliore possibile, tra quelli che lei ha finora incontrato.

---

---

Perché gli incontri nati via social durano poco?

Curiosità: la mancanza della componente olfattiva dell'attrazione può spiegare perché la vasta maggioranza (75-80%) degli incontri avvenuti via Internet naufraghi subito o nel giro di poche settimane. Nel corteggiamento virtuale infatti è massima la componente immaginativa, di fantasia e di illusione, ma è zero quella olfattiva, finché non ci si incontra: e il senso di estraneità di pelle può essere fatale. Anche perché via social possiamo raccontarci tante storie: ma la verità del corpo, nella realtà, ha sempre l'ultima parola.

Del pari interessante, e poco noto, è il fatto che con la menopausa la donna perde non solo il ciclo e la fertilità, ma anche, progressivamente, il profumo di donna. Ed è questa perdita, tra l'altro, a minare l'attrazione fisica nella coppia al giro di boa dei cinquant'anni, a meno che la donna non faccia una terapia ormonale sostitutiva ben personalizzata. Una ragione in più per considerare gli ormoni come amici non solo del cervello, dell'osso o del cuore, ma anche del piacere sottile di sentirsi ancora una donna sensuale, garbatamente femminile e deliziosamente desiderabile nell'intimità.

---

---

Feromoni: che cosa ci dice la scienza

Gli studi sui feromoni sono imponenti tra gli animali che hanno un grande cervello olfattivo arcaico (il "rinencefalo") e che per questo sono detti "macrosmatici". Questo archicervello fa del riconoscimento e della mappatura degli odori un pilastro chiave della sopravvivenza, della ricerca di cibo e di condizioni ottimali per la riproduzione. La nostra specie ha invece un rinencefalo poco sviluppato rispetto alla parte della corteccia ("neocervello") e per questo è detta "microsmatica". Si pensava perciò che i feromoni fossero marginali, anche nella sessualità, rispetto ai fattori visivi, uditivi e tattili. In realtà, molte osservazioni cliniche fanno riconsiderare con sempre maggiore attenzione il ruolo degli odori nella nostra vita, anche affettiva e amorosa. Per esempio:

- annusare l'estratto di feromoni può far anticipare o ritardare l'ovulazione femminile di circa il 20%: il che può rivelarsi critico per il concepimento!
- tra amiche di collegio, o colleghe di ufficio, il ciclo tende a sincronizzarsi su quello della

femmina biologicamente leader;

- le donne si sentono più calme (!) in presenza di feromoni maschili;
- l'avvertire i feromoni della donna in fase fertile aumenta il testosterone negli uomini; aumenta anche la gelosia e la possessività;
- le donne hanno molto più "naso" degli uomini, ossia hanno una capacità discriminante di odori e profumi che può arrivare a riconoscere essenze a concentrazioni mille volte inferiori a quelle necessarie per essere riconosciute dai maschi: anche per questo sono molto più utilizzate nell'industria dei profumi rispetto agli uomini. Questa capacità discriminante è massima in fase ovulatoria e viene perduta dopo la menopausa, a meno che la donna non faccia una terapia ormonale sostitutiva su misura! La ragione di queste differenze è che per la donna riconoscere il partner olfattivamente (e immunitariamente) più giusto è più importante che per il maschio, dato che l'investimento della donna sulla maternità e la cura dei piccoli è di fatto (mediamente) molto superiore rispetto a quello degli uomini;
- in parallelo gli uomini trovano massimamente attraenti l'odore e il gusto delle secrezioni femminili prima e durante l'ovulazione.

In altre parole, tutto è biologicamente predisposto per favorire l'attrazione reciproca quando è massima la probabilità di concepimento (che poi sia il caso di farlo, è un'altra questione). D'altra parte, il fatto che il 6-10 per cento dei bambini non sia figlio del padre anagrafico (cosa dimostrata dall'incompatibilità del gruppo sanguigno, oltre che da più accurate differenze genetiche, appunto del MHC) la dice lunga sulla potenza delle attrazioni olfattive, più o meno galeotte.

L'attrazione "procreativa" diventa poi irresistibile se l'attrazione fisica si intreccia all'amore, alla fiducia, all'affinità di educazione, alla sensazione meravigliosa di aver finalmente incontrato "la propria metà" con cui costruire una famiglia affettuosa e felice. A Dio piacendo, per sempre. Auguri di cuore!

---

---

#### Relazioni pericolose: alcol e sesso

Uomini e donne sono convinti che l'alcol faciliti la disinibizione e l'attività sessuale. E' una convinzione indotta solo da alcuni fattori culturali o ci sono fattori biologici legati ai feromoni? Recenti studi sperimentali hanno dimostrato che gli uomini che annusano una maglietta indossata da una donna fertile (in fase ovulatoria) tendono a bere significativamente di più di quando odorano la maglietta di una donna che non è più fertile. Tendono anche a cercare sessualmente la donna che ha bevuto, perché sanno che è più disponibile sessualmente (con i molti rischi in più per la donna che il bere comporta in un contesto potenzialmente sessuale). I ricercatori ritengono quindi che segnali invisibili e potenti, come i feromoni, possano influenzare sia il comportamento sessuale, sia i comportamenti che, come l'uso di alcolici, rinforzano la disponibilità sessuale.

---

---