

## DEPRESSIONE: LE DONNE LA CURANO FACENDO SESSO ORALE

8 Ottobre 2013



NEW YORK - Uno studio State University di New York ha comparato la vita sessuale di 293 donne e la loro salute mentale e il risultato è stato sorprendente: sembra che il sesso orale sia il miglior rimedio per la depressione femminile e questo grazie ad alcune sostanze contenute nello stesso sperma.

Si tratta di ormoni come il cortisolo, l'estrogeno, l'ossitocina, la tireotropina e il neurotrasmettitore serotonina, che hanno effetti antidepressivi, ma anche la melatonina che induce il sonno.

In generale quindi, sembra che ingerire sperma risollevi l'umore delle donne e concili notti di sereno riposo.

Lo studio, che è stato pubblicato sulla rivista *Archives of sexual behavior*, ha svelato anche che coloro che non usano normalmente protezioni durante i rapporti e che hanno una vita sessuale regolare, sono le più rilassate. E in risposta ad alcuni test cognitivi hanno ottenuto punteggi più alti.

Le donne infatti, come ha spiegato la ricerca, sono dotate di un meccanismo fisiologico che permette loro di sapere inconsciamente se il partner possa essere in grado o meno di provvedere alla propria prole.

Un istinto a trovare l'uomo giusto con cui costruire una famiglia? Sembrerebbe di sì e, soprattutto, questa predisposizione è sviluppata maggiormente in caso di rapporti non protetti: sarebbero infatti un collante per la coppia, un modo per capire se la relazione possa avere un futuro, almeno dal punto di vista biologico. E, nel caso in cui la sfera femminile abbia rapporti non protetti, e non venga quindi esposta allo sperma del partner, potrebbe innescarsi la ricerca di nuovi partner sessuali.

Insomma, il sesso fa bene, permette di dormire meglio e di far entrare in circolo sostanze che rallegrano l'umore. E soprattutto quello senza preservativo.

Una teoria pericolosa per le campagne a favore della contraccezione sessuale e sembrerebbe destinata a ricevere numerose critiche.

Le partecipanti hanno affrontato anche il Beck depression inventory, un test che misura i sintomi clinici della depressione: le donne che hanno rapporti senza preservativo si sono rivelate meno depresse rispetto a quelle che fanno sesso protetto.

E c'è di più: queste ultime raggiungono livelli e sintomi di depressione poco minori o, addirittura, uguali, rispetto a chi si astiene del tutto dal fare l'amore. I benefit dello sperma maschile sembra quindi siano parecchi per le donne, in particolare nel sesso orale.

Ma c'è da scommettere che i risultati di questa ricerca abbiano reso molto più contenti gli uomini.

fonte **Lettera43**

© 2025 AbruzzoWeb - Enfasì srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003  
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667  
Direttore responsabile Berardo Santilli