

# Olfato y atracción sexual



El olfato, un elemento a veces ignorado en la sexualidad, sin embargo, muy estimulante. Foto: Internet.

## Sexo + Psique

Por Yarozlabi Bañuelos Ceseña

*La Paz, Baja California Sur (BCS).* “Ver para creer”, “amor a primera vista”, “la primera impresión jamás se olvida”. Los humanos somos criaturas mucho más visuales que olfativas, y la evolución biológica y social nos llevó a que perdiéramos gran parte de la capacidad de detección de **olores** en comparación a

la capacidad que tienen otras especies para identificar **aromas**, como es el caso de los perros. Los canes cuentan con cientos de millones de receptores olfativos que envían al cerebro la información necesaria para detectar e interpretar gran variedad de estímulos sensoriales que se desprenden del ambiente, incluso pueden detectar la ovulación de las hembras y algunos estados emocionales. El ser humano sólo posee alrededor de cinco millones de células olfativas. Sin embargo, a pesar de nuestro pobre olfato, éste influye de manera importante en la **conducta sexual**, en la toma de decisiones y las relaciones interpersonales.

Un estudio reciente llevado a cabo en The Rockefeller University ha concluido que el ser humano puede distinguir hasta un billón de olores, además existe evidencia de que este sentido nos ayuda a formar recuerdos más duraderos y con mayor fuerza emocional, ya que hay una relación directa entre las neuronas receptoras que se encuentran en lo alto de la cavidad nasal y el sistema límbico, la estructura cerebral que estimula la memoria y las emociones.

Un claro ejemplo de la influencia del olfato en el comportamiento social se observa en el **enamoramiento**; es común escuchar a los enamorados decir que “sintieron chispa”, que hay “química”, pero les resulta difícil describir o explicar de qué trata esa “química”, esto se debe a que en el éxtasis de la seducción no siempre es la parte racional del cerebro la que toma las decisiones, también es la nariz la que está decidiendo.



## **Olfato y atracción sexual**

En el reino animal **el olfato** es indispensable en los rituales de cortejo y apareamiento, la segregación de ciertas hormonas comunican al macho que la hembra se encuentra en etapa fértil y lista para copular, por ejemplo, la polilla macho detecta las feromonas de la hembra a una distancia de hasta tres kilómetros, y aunque no está comprobado que las feromonas influyan de la misma manera en las personas, el ser humano no es la excepción al lenguaje de la **química sexual**.

La atracción entre dos individuos también está basada en el olor natural de sus cuerpos, ya que el aroma es la expresión externa de los genes que conforman su sistema inmunológico. Un estudio de la Universidad de Brown sugiere que al igual que las huellas digitales, cada uno de nosotros tiene una “firma de olor” única, que es parte de una región de genes conocida como el complejo mayor de histocompatibilidad (MHC). Según dicho estudio, las mujeres prefieren el olor de los hombres

cuyos MHCs sean distintos a los de ellas mismas y al de sus padres, es decir, un aroma diferente al del núcleo familiar. Se puede concluir que el olfato ayuda a buscar la compatibilidad genética con una pareja potencial, sentido que está en su manifestación más alta durante la ovulación, cuando las mujeres están más propensas a la fecundación; esta es una de las formas que tiene la naturaleza para asegurar que la pareja engendre hijos sanos.

Muchas veces no le otorgamos gran importancia dentro de la **vida sexual** a la comunicación que se da a través de los aromas, esto es porque el olfato opera en un nivel muy sutil, sobre todo cuando se trata del olor natural del cuerpo, el cual casi siempre está sofocado por las lociones y fragancias de un sinnúmero de productos químicos.

La relevancia que tiene este sentido en **el sexo** es innegable, por lo que sería óptimo probar un encuentro sexual libre de aromas artificiales. Esto no significa permanecer sucio, sino quitar el exceso de perfumes de la piel para que su esencia natural se disfrute mutuamente. Algunos sexólogos recomiendan el siguiente ejercicio erótico: recorrer lentamente con la nariz el cuerpo de la pareja, sintiendo el contacto de la piel y descubriendo su olor natural, después se invierten los papeles. Este juego puede ser un gran estimulante para enriquecer la vida sexual de la pareja y disfrutar del tan olvidado olfato.