

LES HORMONES: QUELS EFFETS?

L'ocytocine a plusieurs rôles :

Les effets psychosociaux :

- + L'ocytocine stimule la sociabilité.
- + Elle peut améliorer l'humeur, faire davantage sourire les gens en présence d'autrui.
- + Elle réduit l'anxiété, plus particulièrement lors de rencontres.

Les effets physiques :

- + L'ocytocine peut prévenir l'ischémie en dilatant le diamètre des artères, y compris les artères coronaires du cœur.
- + Grâce au même effet vasodilatateur, l'ocytocine peut réduire la tension artérielle.
- + L'ocytocine peut accélérer la cicatrisation des plaies, possiblement en augmentant l'apport sanguin à la plaie grâce à ces effets vasodilatateurs.
- + Elle augmente le plaisir au moment de l'orgasme.
- + L'ocytocine peut relaxer les muscles et réduire la douleur, effets qui pourraient aider les patients atteints de fibromyalgie.
- + Etc.

AVIS DE RECHERCHE



Nom: Ocytocine

Origine: Hypothalamus

Production quotidienne: 1-2 IU

Caractéristiques: le contact physique, les câlins, les massages, le bruit, la lecture, les contacts sexuels, la cohabitation, manger, etc. sont certains des facteurs qui augmentent nos niveaux d'ocytocine.

Les symptômes d'une carence en oxytocine

Pâleur, peu d'émotion, sensibilité accrue à la douleur, détaché émotionnellement des autres, irritable, etc.