

Fases de la respuesta sexual humana

El ciclo de respuesta sexual es la manera en que reacciona el cuerpo ante la estimulación desde el inicio de una relación sexual o la masturbación y que este expresa en forma de placer. Se puede producir incluso cuando se está dormido.

Deseo.

Los estímulos que generan el deseo pueden ser muy variados: un roce, con la piel del otro, el perfume, una mirada sostenida, el tono de la voz



Excitación

No es más que la forma que tiene el cuerpo de responder al deseo y que induce la liberación de feromonas, cuyo olor imperceptible incrementa el sentimiento de atracción por la otra persona



Meseta

En la que la excitación se intensifica mediante la estimulación física de las zonas erógenas y la penetración.



Orgasmo

Es la explosión final en la que se libera toda esa tensión acumulada en la fase de meseta y en la que el cerebro libera una carga de endorfinas que intensifican la sensación de placer

Resolución,

En la que el cuerpo recupera, El ritmo cardíaco, la respiración y la presión sanguínea descienden incluso por debajo de los valores normales; suda todo el cuerpo; y, tras la liberación de la tensión sexual, los órganos genitales de ambos recuperan su expresión de normalidad.