



GARCIA ROBLES XIMENA CAROLINA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición

DESARROLLO HUMANO

Tapachula, Chiapas

25 de julio del 2025

"AMOR", "GENITALIDAD" Y "EROTISMO".



AMOR

Amor romántico: se asocia a emociones intensas, atracción y necesidad de conexión

Importancia: contribuye al bienestar emocional, la autoestima y la motivación.

GENITALIDAD



- GENITALIDAD: SE REFIERE A LA CAPACIDAD DE EXPERIMENTAR PLACER A TRAVÉS DE LOS GENITALES. ESTÁ LIGADA AL DESARROLLO BIOLÓGICO Y HORMONAL.

RELACIÓN CON EL AMOR: EL EROTISMO PUEDE ESTAR PRESENTE EN RELACIONES AMOROSAS O NO AMOROSAS. EN EL AMOR, FORTALECE LA CONEXIÓN EMOCIONAL Y FÍSICA.

EROTISMO

18⁺

EROTISMO: ES LA DIMENSIÓN SIMBÓLICA, EMOCIONAL Y SUBJETIVA DE LA SEXUALIDAD. VA MÁS ALLÁ DEL ACTO SEXUAL; INCLUYE FANTASÍA, DESEO Y PLACER.

ALIMENTOS AFRODISÍACOS Y NUTRICIÓN SEXUAL

- CHOCOLATE: AUMENTA SEROTONINA Y FENILETILAMINA (SENSACIÓN DE BIENESTAR Y ENAMORAMIENTO).
- OSTRAS, MARISCOS: RICOS EN ZINC, ESENCIAL PARA LA PRODUCCIÓN DE TESTOSTERONA.
- MACA, GINSENG, AGUACATE, NUECES, SANDÍA: MEJORAN ENERGÍA, CIRCULACIÓN Y DESEO.
- CHILE: ACTIVA ENDORFINAS POR LA CAPSAICINA.



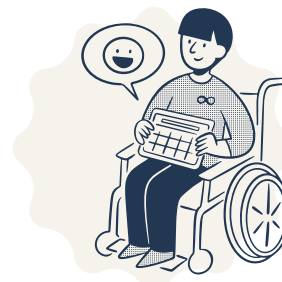
- Estudios de neurociencia: el amor genera efectos similares a las drogas:
 - Dopamina: placer, motivación, recompensa.
 - Oxitocina: apego, confianza.
 - Adicción emocional: el amor intenso puede generar dependencia afectiva.

AMOR COMO DROGA



DATOS CURIOSOS DEL EROTISMO Y LA SEXUALIDAD

- EL CEREBRO ES EL PRINCIPAL ÓRGANO SEXUAL: MÁS QUE LOS GENITALES, LA IMAGINACIÓN, LAS FANTASÍAS Y LAS EMOCIONES GOBIERNAN EL DESEO SEXUAL.
- EL DESEO FEMENINO ES MÁS COMPLEJO: LAS MUJERES RESPONDEN MÁS A ESTÍMULOS ERÓTICOS EMOCIONALES, MIENTRAS QUE LOS HOMBRES TIENDEN A SER MÁS VISUALES, AUNQUE HAY MUCHA VARIABILIDAD.
- LOS BESOS QUEMAN CALORÍAS: UN BESO APASIONADO PUEDE QUEMAR DE 6 A 12 CALORÍAS POR MINUTO.



bibliográfica

- DESARROLLO HUMANO .Universidad del sueste biblioteca digital plataforma UDS. Licenciaturas en nutrición .Comitán de Domínguez, Chiapas. Enero-Abril 2025.
- Bonis, J. C. (2024, 4 junio). ¿El amor es una droga? PSYCOLógicaMENTE. <https://psycologicamente.com/amor-vs-droga/#:~:text=El%20amor%20es%20una%20droga%20en%20el%20sentido%20de%20que,consecuencias%20m%C3%A1s%20da%C3%B1inas%20e%20insalubres.>
-