



Agosto, marito mio (o moglie

mia) non ti conosco. L'estate sembra proprio essere la stagione degli svaghi per eccellenza, compresi quelli legati alla coppia. E se questo comporta qualche scappatella, sono molti i nostri connazionali pronti a concedersi qualche cosa in più rispetto ai comportamenti dei mesi invernali. Per le coppie 2.0 ormai il tradimento non conosce stagioni, visto che si consuma principalmente in modo virtuale, e il click del mouse non conosce stagionalità...

Tuttavia è convinzione comune che il periodo dell'anno in cui si fa sesso più volentieri sia l'estate: sarà perché nella bella stagione c'è la possibilità di avere più rapporti sociali – specie durante le vacanze – o perché i corpi più a nudo possono inviare più facilmente messaggi e stimoli, o semplicemente perché le belle giornate mettono allegria e spensieratezza (anche se un recente studio pubblicato su *The Psychology of Human Sexuality* ha rivelato che gli uomini sono maggiormente attratti dal sesso in inverno).

Vi sono delle motivazioni anche ormonali e fisiche all'aumento del tradimento in estate: la molla che fa scattare il desiderio e la passione, e che spinge a cercare nuovi incontri con l'altro sesso, è la maggiore quantità di luce. La luce, più intensa e più presente nel corso della giornata, accende l'essere umano a livello cerebrale. Secondo alcuni studi ci sarebbe anche una stimolazione maggiore della retina, che mette in moto la produzione di ormoni; non è solo la natura a stimolarci con la luce e la sua esplosione di vita e colori, ma siamo noi stessi ad accendere l'altro sesso, anche involontariamente, e questo è vero soprattutto nel caso delle donne. Con il caldo ci si scopre di più e l'uomo è ovviamente attratto da un bel paio di gambe o da un décolleté più in evidenza. Ma la donna non è da meno, attratta dall'uomo che inevitabilmente si scopre, soprattutto al mare.

Questa maggiore vitalità estiva è dunque un fatto legato ai cicli della natura, un momento di rinascita e di accumulo di energia positiva per affrontare al meglio una nuova stagione invernale. Su questi meccanismi ancestrali si innestano fattori culturali e legati ai nostri stili di vita. Dopo mesi freddi, caratterizzati da giornate corte e buie, trascorse durante il tempo libero nella maggior parte dei casi davanti a una tv o a un computer, arriva l'estate, che rappresenta il momento del risveglio sia per noi stessi che nel rapporto con gli altri. Si lascia la tecnologia (momentaneamente) perché spinti dalla voglia di stare all'aperto. Quindi si creano più occasioni per socializzare, per parlare con gli amici, con il nostro partner. Insomma, tutto

contribuisce a ritrovare l'intimità perduta e aiuta le coppie in crisi a tornare ad apprezzarsi.