

Transcription de la vidéo

Bases physiologiques de la sexualité 7'02

Odile Fillod

♪ Matilda, apprenons l'égalité ♪

♪ Apprenons l'égalité ♪

♪ Matilda ♪

Commençons par rappeler

que la sexualité n'est pas
le comportement de reproduction :

ce sont déjà deux choses différentes
chez les animaux non humains,

et c'est encore plus vrai
dans notre espèce.

Notre sexualité est une chose complexe,

faite de pensées,
de sensations et d'actes,

et elle comporte des aspects affectifs,
psychologiques, sociaux et culturels.

Je ne vais parler ici que des bases
anatomiques et physiologiques

de ce qui est au cœur de la sexualité,

c'est-à-dire du désir
et du plaisir sexuels.

Le désir sexuel prend
sa source dans le cerveau.

Il peut être éveillé par une stimulation
mécanique des organes génitaux,

ou par celle d'un autre endroit du corps,

par une phrase lue ou entendue,
par une pensée,

par la présence
d'une personne particulière,

ou le fait d'être
dans une situation particulière,

ou encore par une image
ou un son évocateurs.

Cela dépend des périodes de la vie,
de l'état général dans lequel on est,

du contexte,
et de notre histoire personnelle.

En la matière, hormis la sensibilité
particulière des organes génitaux,

il n'y a aucune normalité
sur le plan biologique.

Notre cerveau ne nous permet pas
de choisir ce qui éveille notre désir,

ou de choisir de ressentir
certains désirs et pas d'autres.

En revanche, il nous donne la faculté

de réprimer volontairement
un désir qui survient,

même si ce n'est pas toujours facile,

et il nous permet
toujours de choisir

quels actes accomplir
en réaction à ce désir.

Le désir peut aussi être inhibé
par un processus involontaire.

Comme la survenue du désir,

son inhibition peut être provoquée
par des choses très diverses,

et ça dépend du contexte
et du vécu de chacun.

Si le désir sexuel n'est pas inhibé,

il active des circuits cérébraux
qui envoient dans le corps,

par l'intermédiaire
du système nerveux autonome,

des signaux qui déclenchent
l'excitation sexuelle.

L'excitation sexuelle est
un processus physiologique

qui a notamment pour effet de rendre
les organes génitaux plus sensibles.

Leur stimulation mécanique
par un acte sexuel,

en même temps
que le maintien du désir,

envoie au cerveau des signaux
qui créent une sensation de plaisir,

et qui en retour maintiennent
ou augmentent l'excitation sexuelle.

Si tout se passe bien,

la stimulation prolongée finit
par activer des circuits cérébraux

qui déclenchent l'orgasme,

un processus physiologique qui crée
momentanément

un état de conscience altéré,

provoque la contraction involontaire
de certains muscles

et fait chuter l'excitation sexuelle.

En principe, l'orgasme s'accompagne
d'une sensation de plaisir intense,

et chez les hommes d'une éjaculation,
mais ce n'est pas toujours le cas.

Il peut aussi arriver

que l'orgasme s'accompagne d'une forme
d'éjaculation chez une femme.

Dans ce cas, un liquide translucide
est expulsé de manière involontaire

par deux minuscules orifices

qui se trouvent de part et d'autre
du méat urinaire,

et éventuellement aussi
par le méat urinaire lui-même.

Ce liquide est produit
par les glandes de Skene,

des homologues du tissu glandulaire
de la prostate,

et il provient peut-être
aussi de la vessie,

notamment quand il est présent
en grande quantité ;

ce mécanisme n'est pas
encore bien documenté.

Après une éjaculation,
l'excitation sexuelle cesse complètement

et ne peut être réactivée
qu'au bout d'un certain temps,

appelé période réfractaire.

En revanche, en l'absence d'éjaculation

il est possible d'obtenir
très rapidement un nouvel orgasme,

et éventuellement
d'en enchaîner plusieurs.

Cela dit, l'excitation sexuelle
s'accompagne d'une tension nerveuse

qui est épuisante à la longue,

ce qui fait que ça s'arrête
forcément au bout d'un temps.

Après ces grandes lignes,

voyons de plus près en quoi consistent
les deux grandes composantes

du processus physiologique d'excitation
des organes génitaux.

La première et la plus importante est
la congestion vasculaire de ces organes.

Le système nerveux autonome commande
le relâchement des muscles lisses

entourant les artères qui les irriguent.

En conséquence, ces artères se dilatent

et le sang afflue
vers les organes génitaux,

ce qui va faire gonfler
leurs tissus érectiles.

Chez les hommes,

ces tissus sont les deux corps
caverneux et le corps spongieux

qui forment le pénis.

Quand ils se gorgent de sang,
le pénis s'allonge,

s'élargit un peu, se redresse et durcit :

c'est ce qu'on appelle l'érection.

Chez les femmes, les tissus érectiles
sont les deux corps caverneux

qui forment le clitoris

et les corps spongieux
qui forment les bulbes du vestibule.

Comme on n'en parle pas souvent,

ça vaut le coup de passer
un peu plus de temps dessus.

Voici à quoi ça ressemble
en taille réelle.

Ici en rose,
ce sont les deux racines du clitoris,

qui se rejoignent pour former son corps.

Les derniers 5 millimètres
environ s'appellent le gland.

Comme le gland du pénis,

il contient de très nombreuses
terminaisons nerveuses,

ce qui le rend très sensible au toucher.

L'ensemble mesure de 9 à 11 cm de long,

mais en principe
seul le gland est visible.

Ici, en plus foncé, ce sont
les bulbes du vestibule,

qui sont rattachés au clitoris
à l'endroit où les racines se rejoignent.

Ils sont entièrement invisibles.

Comme celles du pénis,

les racines du clitoris sont fixées
aux os du bassin,

et son corps est de même suspendu
à des ligaments fixés sur l'os pubien.

Les bulbes enserrant
quant à eux l'urètre et le vagin.

La congestion génitale fait
gonfler l'ensemble,

mais le corps du clitoris
ne se redresse pas.

En effet, l'extrémité haute
des petites lèvres

est fusionnée
avec le bas du gland du clitoris

et forme un capuchon au-dessus de lui,
appelé prépuce, ce qui le maintient plié.

Une autre composante notable
de l'excitation sexuelle est

la sécrétion d'un liquide lubrifiant,

en plus ou moins grande quantité
selon l'intensité de l'excitation,

et selon des facteurs physiologiques

qui dépendent des personnes
et varient au cours de la vie.

Parfois y a si peu de ce liquide

qu'on ne remarque pas sa présence,

et parfois il s'écoule au contraire
à l'extérieur du corps assez vite

après le déclenchement de l'excitation.

Chez les hommes,

ce liquide est sécrété par
ce qu'on appelle les glandes de Cowper.

Se présentant sous la forme
de deux glandes principales

situées à la base
du bulbe du corps spongieux,

elles déversent leur production dans
deux canaux qui débouchent dans l'urètre.

Comme ces canaux sont
en aval du sphincter strié,

l'écoulement de ce liquide par le méat
de l'urètre n'est pas contrôlable.

Chez les femmes,
ce liquide est sécrété

par ce qu'on appelle
les glandes de Bartholin.

Ces deux glandes sont situées
à la base des bulbes du vestibule,

et déversent leur production
dans deux canaux

qui débouchent sur la paroi du vagin,
à proximité de son ouverture.

Voilà pour la mécanique
de base de la sexualité.

Comme vous l'aurez noté,
contrairement à ce qu'on dit parfois,

elle dépend finalement assez peu du type
d'organes génitaux dont on est équipé.

♪ Matilda ♪