

25/11/2014

Levantate y anda

TXT PABLO A. GONZÁLEZ IMG PABLO ESPASANDIN

¿Por qué los hombres amanecen con el pito duro?

Ser hombre tiene pocas desventajas, por lo menos en términos prácticos. No lidiamos con menstruaciones ni con una inercia deportiva extraña debido a la presencia de pechos, la osteoporosis nos pega menos, tenemos ciclo reproductivo hasta donde nos dé el cuerpo y la ayuda farmacológica y si nos quedamos pelados siempre podemos alegar exceso de testosterona y guiñar un ojo (aunque esa justificación sea medio vaga).

Pero, sobre todo, **ser hombre es hacer pis parado**.

Duchamp no vio que usar un mingitorio era establecer que existe un campo cierto en el que el hombre sí es ampliamente superior a la mujer. Una mágica posibilidad de direccionar efectíva y hasta lúdicamente un arco perfecto de agua, sales y urea que no sólo nos permiten excretar sustancias tóxicas y regular nuestro equilibrio osmótico, sino también messiar naftalina en cualquier barcito de Florida. **No podremos experimentar la magia de la concepción, pero también hay magia en escribir nuestro nombre en el piso seco**, y termina siendo una de esas pocas veces en las que usamos realmente la cursiva.

El único vacío legal es la mañana. Ahí, donde más lo necesitás, el pito hace lo que quiere. O ni siquiera lo que quiere, sino que tiene que obedecer a un reflejo de erección que nace de una vejiga explotada por todo el tereré que tomaste justo antes de dormir (true story) y que ahora presiona sobre los nervios sacros. Esto favorece la irrigación al tejido eréctil pero convierte una tarea tan sencilla como embocarle al inodoro en un repaso de tiro oblícuo mezclado con hidráulica básica donde el error se mide más en azulejos que en cifras significativas.

Si bien existe un atisbo de justificación evolutiva para este fenómeno (algo así como que nos despabila un poco y evita que nos hagamos pis en la cama), no hay bases demasiado claras para sustentarlo y terminás con cero respuestas pero una pregunta clara: **¿cómo puede ser que yo no me haya despertado y vos ya estés así de despabilado?**

Más allá del craso pero usual error masculino de tercerizar personalidad en su pito, la cosa es que el sueño y las erecciones tienen una historia hermosa de fondo. Dormir es ese momento que asumimos como de bajísima actividad neurológica, aunque, si hicimos medianamente bien nuestro laburo, ya sabemos que no. Dormir es un bardo hermoso donde pasa de todo.

Una de las fases del sueño es la de Movimiento Ocular Rápido o REM (porque MOR suena feo y nos acostumbramos a REM, pero más que nada porque REM hizo *Losing my religion*). Esta etapa del sueño la alcanzamos en períodos cíclicos y lo interesante es que correlacionan

muy bien con las erecciones nocturnas (o tumescencia peneana nocturna para los amigos, siempre que tus amigos sean médicos).

Durante la fase REM, el balance de neurotransmisores del cuerpo cambia muchísimo, y hay uno en particular, **la norepinefrina**, que **disminuye mucho sus niveles**. Lo interesante es que la norepinefrina genera vasoconstricción en el área. Como muerto el perro, se acaba la rabia, **la ausencia de norepinefrina permite que mecanismos que dependen de la testosterona se puedan expresar mucho mejor, resultando en feliz, feliz irrigación**.

Otro lado del mismo proceso incluye la liberación de óxido nítrico, otro vasodilatador estrella y uno de los actores más importantes sobre los que trabaja el Viagra (que en realidad tiene un mecanismo medio complejo y genial que incluye evitar que se degraden señales moleculares de atención, pero 'atención' entendida como 'atención, hay posibilidades de concretar').

Entonces, si sabemos que el REM es cíclico, uno tendría que esperar que esa tumescencia fuese igual de cíclica, y sí. Convivimos con un delantero ansioso que pica mal una, y otra, y otra vez y siempre la misma bandera levantada, 4 o 5 veces una noche promedio (aunque va aflojando con la edad, cosa que se atribuye más a la disminución de los niveles de testosterona que a la ganancia de experiencia de un delantero metafórico).

Lo interesante es que (como casi todo), este simulacro onírico tiene un valor adaptativo requete positivo, que es la **irrigación y el intercambio de sustancias en todo este entusiasmado tejido** que ahora tiene la posibilidad de regenerar o reparar cualquier lesión, o simplemente hacer un cambio de aceite y filtro re pertinente para antes de salir para Atalaya.

Pero, el tema sigue siendo, ¿por qué me despierto así? Porque el sueño REM es la última estación antes de la vigilia (aunque ese paso sea raro y el cerebro panquequee completamente en un proceso complejísimo). Esto significa que, salvo que traicionero despertador, después del relámpago viene el trueno, y después del REM un 'buenos días' que puede ser mejor mate que el mate si le agregás saber que **la actividad sexual tiene dos picos en el ciclo**

circadiano: uno justo antes de dormir y uno apenas te despertás. Otra razón para dormirse temprano, cenar liviano, descansar y arrancar sin apuro.

Punto para el desayuno.

Referencias

https://www.icgp.ie/assets/75/747C558A-19B9-E185-83C1EF72A8EEA710_document/DL_May_2005_Erectile_dysfunction.pdf

http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1743-6109.2005.00095.x/abstract

---