

## EXPLORANDO A CONEXÃO HORMONAL ENTRE PRAZER SEXUAL E DOR NO PARTO: UMA ANÁLISE DAS INTERAÇÕES COMPLEXAS ENTRE OCITOCINA, ENDORFINA E OUTRAS SUBSTÂNCIAS

### EXPLORING THE HORMONAL CONNECTION BETWEEN SEXUAL PLEASURE AND PAIN IN LABOR: AN ANALYSIS OF THE COMPLEX INTERACTIONS BETWEEN OXYTOCIN, ENDORPHIN AND OTHER SUBSTANCES

Dalila Mateus Gonçalves<sup>1</sup>  
Camila Mendes de Oliveira<sup>2</sup>  
Érika Fernanda Pereira Magalhães<sup>3</sup>

**RESUMO:** A conexão hormonal entre prazer sexual e dor no parto é complexa e envolve uma série de substâncias que são liberadas pelo corpo em momentos distintos. A ocitocina, por exemplo, é um hormônio que desempenha um papel crucial no processo de parto, ajudando a promover as contrações uterinas e facilitando o nascimento do bebê. Porém, a ocitocina também é liberada durante o sexo, promovendo a sensação de intimidade e prazer entre os parceiros. Sendo assim, esse trabalho tem como objetivo explorar a relação sobre a conexão hormonal entre o prazer sexual e a dor no parto, analisando as interações complexas entre ocitocina, endorfina e outras substâncias em ambas situações, com uma revisão de literatura, sem limites de tempo, bases de dados e critérios de exclusão. Portanto, a conexão hormonal entre prazer sexual e dor no parto é complexa e envolve uma série de interações entre diferentes substâncias. É importante compreender essa conexão para ajudar as pessoas a terem experiências mais positivas e saudáveis durante o parto e na vida sexual.

**Palavras-chave:** Dor. Prazer. Sexualidade. Parto.

**ABSTRACT:** The hormonal connection between sexual pleasure and labor pain is complex and involves a number of substances that are released by the body at different times. Oxytocin, for example, is a hormone that plays a crucial role in the birthing process, helping to promote uterine contractions and facilitating the expulsion of the baby. However, oxytocin is also released during sex, promoting a sense of intimacy and pleasure between partners. Therefore, this work aims to explore the relationship between the hormonal connection between sexual pleasure and pain in childbirth, analyzing the complex complex between oxytocin, endorphin and other substances in both situations, with a literature review, without time limits. , databases and exclusion criteria. Therefore, the hormonal connection between sexual pleasure and labor pain is complex and involves a series of complex happiness between different substances. Understanding this connection is important to help people have more positive and healthy experiences during childbirth and sex.

**Keywords:** Pain. Pleasure. Sexuality. Childbirth.

<sup>1</sup> Dalila Mateus Gonçalves, Psicóloga e Professora do curso de psicologia da Faculdade do Norte de Mato Grosso – AJES, Guarantã do Norte – MT, e-mail: dalilag96@hotmail.com.

<sup>2</sup> Camila Mendes de Oliveira, graduanda do curso de psicologia da Faculdade do Norte de Mato Grosso – AJES, Guarantã do Norte – MT, e-mail: camilamendes1237@gmail.com

<sup>3</sup> Érika Fernanda Pereira Magalhães, graduanda do curso de psicologia da Faculdade do Norte de Mato Grosso – AJES, Guarantã do Norte – MT, e-mail: erika.magalhaes.acad@ajes.edu.br

## INTRODUÇÃO

Muitas mulheres têm grandes expectativas em ser mãe, fazendo com que o momento do parto se torne uma preocupação. Contudo, muitas vezes o processo do parto acaba se tornando uma experiência frustrada, a quebra de uma expectativa quanto ao processo mágico do nascimento, permanecendo na memória apenas a lembrança da dor, raiva, tristeza, perda do autocontrole e outros sentimentos que podem ocorrer durante o processo, causando assim, muitas vezes, grande impacto para as mães.

Todavia, a estória de que o parto é sempre uma experiência ruim, está enraizada na população, surgindo como consequências de relatos de mulheres que tiveram seus contratempos durante o parto, e também, em alguns casos, por provocações religiosas, argumento que a dor no parto é um castigo divino (Gênesis 3:16), e esse mito, muitas vezes não são desfeitos durante o pré-natal, para que a mãe tenha uma experiência boa durante a gestação e o parto (RONCONI, 2010).

No último século vem acontecendo movimento em prol da humanização no parto, para que esse mito de que o parto é sempre uma experiência dolorosa seja amenizada, assim, Tornquisti (2002) alega que esse ideal do parto sem dor, permite que o movimento valoriza a natureza, inspira métodos que consideram o cuidado com o corpo e a saúde, entre outros aspectos que dão ênfase a sexualidade da mulher durante o parto. Acompanhando essa perspectiva, ainda que o parto seja doloroso dentro da circunstância do nascimento, essa dor, para a mãe se torna satisfatória e prazerosa, podendo ser comparada ao prazer sexual, uma vez que a liberação hormonal da dor e do prazer nesse contexto estão relacionados (RIBEIRO, 2012). Mas, o que as duas têm em comum?

O prazer sexual e a dor no parto são experiências diferentes, mas podem estar relacionadas em alguns aspectos. Em relação ao prazer sexual, ele é uma experiência física e emocionalmente satisfatória que pode ser experimentada por homens e mulheres durante a atividade sexual. É uma sensação agradável que resulta da estimulação dos órgãos genitais e do sistema nervoso central (PEREIRA; SOUZA, 2019). Já a dor no parto é uma sensação intensa e muitas vezes dolorosa que é sentida durante o processo de dar à luz. É uma experiência comum para muitas mulheres e pode ser causada por contrações uterinas, pressão na região pélvica e outros fatores relacionados ao parto (MEDEIROS; GRANDO, 2016).

Os supracitados, ainda trazem que as experiências sexuais e o parto podem ser influenciados por vários fatores, como as crenças culturais e religiosas, a educação e a experiência anterior. Algumas culturas podem considerar o sexo como tabu ou vergonhoso, enquanto outras podem valorizá-lo como uma expressão de amor e intimidade. De maneira semelhante, algumas culturas podem valorizar o parto como um momento sagrado e significativo, enquanto outras podem enfatizar a dor e o sofrimento associados ao processo.

Essas referências culturais e pessoais podem afetar a maneira como as pessoas experimentam tanto o prazer sexual quanto a dor no parto. Assim, uma mulher que cresceu em uma cultura que valoriza a dor do parto como uma parte inevitável da experiência de dar à luz pode estar mais disposta a tolerar a dor durante o parto do que uma mulher que cresceu em uma cultura que enfatiza o uso de analgésicos para minimizar a dor (MEDEIROS; GRANDO, 2016). Da mesma forma, as experiências sexuais anteriores podem influenciar a forma como uma pessoa percebe o prazer sexual e a dor. Por conseguinte, uma pessoa que experimentou dor ou desconforto durante a atividade sexual pode estar mais propensa a experimentar dor durante o parto, enquanto uma pessoa que teve experiências sexuais agradáveis pode estar mais propensa a associar o parto com sentimentos positivos de empoderamento e realização (PEREIRA; SOUZA, 2019).

Sendo assim, esse trabalho tem como objetivo explorar a relação sobre a conexão hormonal entre o prazer sexual e a dor no parto, analisando as interações complexas entre ocitocina, endorfina e outras substâncias em ambas situações. O método utilizado foi a revisão de literatura, sem limites de tempo, bases de dados e critérios de exclusão.

## OS HORMÔNIOS ENVOLVIDOS NO PRAZER SEXUAL E NO PARTO

Existem diversos hormônios envolvidos no prazer sexual e no parto, sendo os principais a ocitocina, a prolactina, a testosterona e a endorfina (RAMOS, 2006). A presença significativa de ocitocina e prolactina durante a atividade sexual demonstra a habilidade da natureza em utilizar seus recursos de forma eficiente. Essa observação sugere que, além de serem encontrados em diversas espécies, desde as mais primitivas até as mais evoluídas, esses hormônios desempenham várias funções dentro do mesmo organismo, especialmente no ser humano (DACOME; GARCIA, 2008).

A ocitocina é um hormônio produzido pelo hipotálamo e liberado pela glândula pituitária durante o parto e a amamentação, além de estar envolvido no prazer sexual, sendo conhecida como o hormônio do amor, pois é liberada durante a atividade sexual e está associada à sensação de prazer e bem-estar, além de desempenhar um papel crucial no parto e na amamentação (DACOME; GARCIA, 2008).

E de acordo com Andrade Júnior (2002), a ocitocina é considerada uma das principais substâncias relacionadas ao comportamento sexual, pois estimula as contrações uterinas durante o orgasmo e contribui para a sensação de bem-estar e prazer após a relação sexual. A prolactina também é liberada durante o orgasmo e está relacionada à sensação de saciedade e relaxamento pós-coito, além de ter um papel importante na produção de leite durante a amamentação (GONÇALVES, 2013; SILVA; ANDRADE, 2005).

Segundo Dacome e Garcia (2008), altas concentrações plasmáticas de ocitocina são constatadas durante o orgasmo tanto masculino quanto feminino, indicando uma possível relação funcional entre esse hormônio e a resposta sexual. No entanto, é importante destacar que a ocitocina é apenas um dos componentes de um complexo processo neurofisiológico que ocorre durante a atividade sexual, e que a busca por uma atuação isolada desse hormônio para explicar determinadas emoções ou sensações pode não ser frutífera.

A ocitocina é responsável pela contração do útero durante o parto e é liberada em resposta à estimulação do mamilo, do toque ou da estimulação sexual. Sua ação é fundamental para o progresso do trabalho de parto e para a liberação da placenta após o nascimento (DONNOLA, 2020).

A testosterona tem um papel significativo no aumento da libido e na resposta sexual, embora não pareça afetar diretamente a capacidade orgástica ou a frequência de relações sexuais (SHOLL-FRANCO, 2004). Já a endorfina é um hormônio analgésico e calmante natural, liberado durante o orgasmo, e que também pode ajudar a aliviar a dor durante o parto (COELHO, 2018). É importante ressaltar que os efeitos terapêuticos dos hormônios são mais evidentes em casos onde a relação conjugal é satisfatória em termos de intimidade. Isso indica que a compreensão plena e singular do ser humano não pode ser limitada a uma dimensão meramente fisiopatológica (VALENÇA et al., 2010).

## A RELAÇÃO ENTRE PRAZER SEXUAL E DOR NO PARTO

Como visto, o parto é uma experiência única na vida de uma mulher que envolve um processo complexo e intenso, com uma ampla gama de sensações físicas e emocionais. Entre essas sensações, estão o prazer sexual e a dor, que podem parecer opostos à primeira vista, mas que têm sido associados de várias formas. Alguns autores (LUZ, 2017; DACOME; GARCIA, 2008; MARTINS, 2015) sugerem que a experiência de prazer sexual pode ajudar a preparar o corpo para o parto.

Isso ocorre porque durante a atividade sexual, ocorre a liberação de endorfinas, substâncias químicas produzidas pelo corpo que reduzem a percepção da dor e promovem uma sensação de bem-estar. Essa mesma resposta de analgesia pode ajudar a aliviar a dor do parto, especialmente durante as contrações uterinas mais intensas (VALENÇA et al., 2010). Além disso, como visto, a liberação de ocitocina, é um hormônio associado ao prazer sexual que também desempenha um papel importante no trabalho de parto.

Por outro lado, a dor é uma sensação inevitável no parto e pode estar associada a uma série de fatores, como a intensidade das contrações uterinas, a posição do bebê, o tamanho do canal do parto e a tensão muscular. Ainda que seja possível aliviar a dor do parto com analgesia farmacológica ou outras técnicas não farmacológicas, como a acupuntura, a massagem e a imersão em água, muitas mulheres escolhem dar à luz sem medicação para sentir-se mais presentes e envolvidas no processo de parto (NUCCI, et al, 2018; RIBEIRO, 2012).

Apesar de a dor do nascimento ser intensa, as mulheres podem sentir prazer durante o processo, especialmente durante a fase de transição, quando o colo do útero está totalmente dilatado e o bebê está prestes a nascer. O prazer pode ser atribuído à liberação de endorfinas, bem como ao sentimento de conexão com o bebê e com o próprio corpo (NUCCI, et al, 2018). Essa questão sobre a sexualidade do parto, foi discutida por Michel Odent, que concluiu sobre a fisiologia do parto, explicando a função do cérebro e apontando a diferença entre o neocórtex, parte responsável pela racionalidade, e o chamado cérebro primitivo, responsável pela liberação hormonal (LUZ, 2017).

De acordo com Odent, ter relações sexuais tanto quanto dar à luz é um processo instintivo, ambos dependentes da ação do cérebro primitivo, e este se sobrepõe ao neocórtex, assim, ambos processos são “considerados experiências de êxtase que envolvem picos de um coquetel muito específico e particular de hormônios, os quais incluem ocitocina, endorfinas e prolactinas, de forma que, inerente e hormonalmente falando, dar à luz é um ato sexual” (LUZ, 2017 p.133).

Corroborando com o supracitado, Buckley (2005 apud LUZ, 2017) relata que, assim como na hora do nascimento, durante a relação íntima é fundamental nos sentirmos seguros e em um ambiente privado para que possamos baixar nossas defesas e aproveitar os benefícios desse momento, que em ambas as ocasiões é uma dose de êxtase hormonal. Desta forma, o apoio emocional para a mulher durante as relações sexuais ou no momento de dar à luz, é deveras importante, uma vez que ter liberdade para se movimentar e expressar livremente os seus feitos, a dor se torna tolerável, sendo considerada um processo prazeroso.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como intuito debater sobre a conexão hormonal entre prazer sexual e dor no parto, contudo, a relação entre prazer sexual e dor ao dar à luz é complexa e multifacetada. Embora a dor seja uma parte inevitável do parto, a experiência de prazer sexual pode ajudar a aliviá-la e preparar o corpo para o nascimento. Ao mesmo tempo, as mulheres podem experimentar prazer durante o trabalho de parto, apesar da dor, graças à liberação de endorfinas e ao sentimento de conexão com o bebê e com o próprio corpo.

Assim, a liberação hormonal durante o parto é um processo complexo e importante para o sucesso do nascimento. A ocitocina, conhecida como o hormônio do amor, desempenha um papel crucial na contração uterina e no estímulo da ejeção do leite materno, além de estar associada ao prazer sexual e ao vínculo mãe-bebê. A endorfina, por sua vez, é um analgésico natural que ajuda a aliviar a dor do parto e promove uma sensação de bem-estar. Outros hormônios, como a dopamina, a serotonina e a testosterona, também podem estar envolvidos no processo do parto nas atividades sexuais, assim como na regulação do humor e do comportamento da mãe após o nascimento.

Portanto, é fundamental que as mulheres recebam suporte adequado durante o processo de nascimento, garantindo um ambiente seguro e acolhedor que possibilite a liberação natural dos hormônios e promova uma experiência mais positiva e saudável para mãe e bebê. Além disso, é importante que os casais mantenham uma comunicação aberta e saudável sobre suas necessidades e desejos sexuais, criando um ambiente seguro e acolhedor que possibilite a liberação natural dos hormônios e promova uma experiência mais prazerosa e satisfatória para ambos.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE JUNIOR, Helio Lauer. Hormônios sexuais e comportamento. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 24, n. 3, p. 7-10, set. 2002. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-44462002000300003&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462002000300003&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 09 mai. 2023.

Bíblia. Português. Bíblia Sagrada. **Gênesis**. São Paulo (SP): CPAD editora. Ltda; 2010.

COELHO, Kathlin Cristina et al. Métodos não farmacológicos para alívio da dor durante trabalho de parto. **Revista Científica de Enfermagem**, 2018. Disponível em:

<http://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/149>. Acesso em: 09 maio 2023.

DACOME, Ocimar Aparecido; GARCIA, Rosângela Fernandes. Efeito Modulador da Ocitocina sobre o Prazer. **Revista Saúde e Pesquisa**, 2008. Disponível em:

<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/751>. Acesso em: 09 maio 2023.

DONNOLA, Marina Teixeira Pereira. O uso da ocitocina sintética durante o trabalho de parto: ressignificando o hábito. **Rev Universidade Federal Fluminense**, 2020. Disponível em:

<https://app.uff.br/riuff/bitstream/handle/1/22100/TM3%202020-1%20Marina%20Teixeira%20Pereira%20Donnola.pdf?sequence=1>. Acesso em: 09 maio 2023.

GONÇALVES, Ana Cristina Canosa. Sexualidade do prazer ao sofrer. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, 2013. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.35919/rbsh.v24i1.191>. Acesso em: 09 maio 2023.

LUZ, Lia. Sexualidade e Parto: em busca do elo perdido. **Revista da Pós-Grad. em Ciências Sociais**. 2017. UFRN, Natal, v. 18, n. 2, jul./dez. Disponível em <https://doi.org/10.21680/1982-5560.2017v18n2ID14228>. Acesso em 10 maio 2023.

MARTINS, Elaine Lutz. **Vivenciando a amamentação e sensações de prazer sexual e/ou excitação sexual ao amamentar**: significados de mulheres. 2015. 99f. Dissertação (Mestrado em enfermagem) - Faculdade de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2015.

MEDEIROS, Renata Marien Knupp; GRANDO, Beleni Saléte. Análise do nascimento Bororo: aspectos culturais da dor de parto. **O Mundo da Saúde**, São Paulo. 2016;40(2):160-168. Disponível em <https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/article/view/270/223>. Acesso em 09 maio 2023.

PEREIRA, Alexandre da Silva; SOUZA, Wanderson Fernandes. Prazer Sexual Feminino: a experiência do orgasmo na literatura. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**. 2019, 30(2). DOI: <https://doi.org/10.35919/rbsh.v30i2.84> . Acesso em 09 maio 2023.

RAMOS, Maria Isabel. Aspectos hormonais do prazer sexual e do parto. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 2006. 28(3), 183-189. Acesso em: 09 maio 2023.

RIBEIRO, Fernanda Bittencourte. Mas elas são de outro Planeta? Sentidos do parto em questão. **Fazendo Gênero 9: Diáspora, Diversidade, Deslocamentos**. 2010. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/35967706/FBR-ST27.pdf>. Acesso em 09 maio 2023.

RONCONI, Ana Priscila Laurentino et al. Dor e satisfação durante o trabalho de parto em primigestas: visão da parturiente e do obstetra. **Rev Dor**. São Paulo, 2010 out-dez;11(4):277-281. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1806-0013/2010/v11n4/a1647.pdf>. Acesso em 09 maio 2023

SHOLL-FRANCO, Alfred et al. Aspectos fisiológicos, cognitivos e psicossociais da senescência sexual. **Revista Ciências & Cognição**, 2004. Disponível em: <http://cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/21>. Acesso em: 09 maio 2023.

SILVA, Cristina Maria Villar; ANDRADE, Tania Cristina. Prolactina e seus excessos em mulheres não-gestantes. **Rev Universitas: Ciências da Saúde**, 2005. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.5102/ucs.v3i1.548>. Acesso em: 09 maio 2023.

TORNQUIST, Carmen Susana. As armadilhas da nova era: natureza e maternidade no ideário da humanização do parto. **Revista Estudos Feministas**, São Paulo, 483, 2002. p. 483-492. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ref/a/4mpSbNhnq5dV5kV6WT8Tc5J/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em 09 maio 2023.

VALENÇA, Cecília Nogueira et al. Mulher no climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. **Revista Saúde e Sociedade**, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902010000200005>. Acesso em: 09 maio 2023.