



By nulliusinverba.run Quest'opera è distribuita con Licenza [Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Condividi allo stesso modo 4.0 Internazionale](#).

LE DROGHE ENDOGENE NATURALI

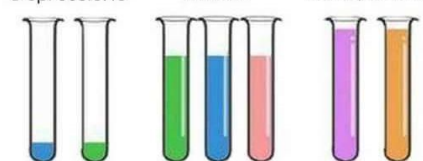
- Dopamina
- Serotonina
- Ossitocina
- Norepinefrina
- Epinefrina

*"I nostri stati emotivi, psicologici e le nostre interazioni sociali sono influenzate, a monte, da una serie di **cocktail neurochimici**"*

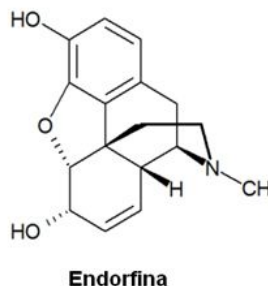
Schizofrenia Ansia Felicità



Depressione Amore Lotta/azione



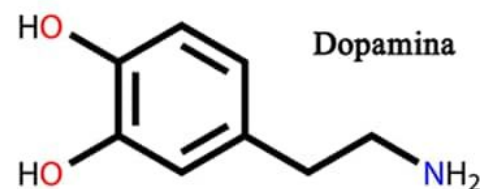
SISTEMA OPIOIDE (come le endorfine)



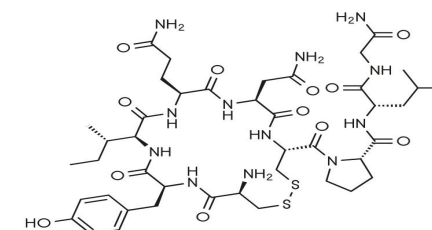
SEROTONINA



DOPAMINA



OSSITOCINA



Gli oppioidi endogeni sono **neuropeptidi** che bloccano la trasmissione del dolore; rallentano il respiro, il battito cardiaco, riducono i livelli di cortisolo, creando le condizioni per uno **stato di benessere e di rilassamento**. Da approfondire OPIOIDI ed EFFETTO PLACEBO.

La serotonina è un **neurotrasmettitore**, ma quando è presente nel sangue si comporta come un **ormone**. Interviene nel controllo dell'appetito e del comportamento alimentare; la serotonina è prodotta anche dalla flora batterica, permettendo al s.n. enterico di funzionare bene. Alti livelli di serotonina aumentano il livello di socialità, di euforia e di autostima.

La Dopamina è un **neurotrasmettitore**, rilasciato in diverse aree del cervello. È capace di influenzare l'apprendimento, l'umore, la memoria, l'attenzione, ecc. La dopamina gioca un ruolo fondamentale in quei circuiti associati al **piacere ed alla ricompensa**. Vedi DOPAMINA-ADOLESCENZA

L'ossitocina è un **ormone**, di natura peptidica, formato da solo 9 aminoacidi, prodotto dall'ipotalamo e secreto dall'ipofisi.

- OSSITOCINA-PARTO
- OSSITOCINA-LEGAMI di FAMIGLIA
- OSSITOCINA- ABBRACCI

CIOCOLATO

MARE

BALLARE

AIUTARE GLI ALTRI

SOLDI

SPORT

ABBRACCI

RICEVERE CONFORTO

MUSICA

CANTARE

IMPARARE COSE NUOVE

SESSO

COCCOLE

SPORT

STARE ALL'APERTO

SPORT

STARE CON GLI AMICI

TRAGUARDI RAGGIUNTI

GIOCO

SHOPPING

CIBO

ESPERIENZE ADOLESCENZIALI

MASSAGGI

AIUTARE GLI ALTRI

SORRISI

STARE CON GLI AFFETTI