

FUTURA

Aimer sans hormone de l'amour, c'est possible ? (La Santé Sur Écoute #28)

Podcast écrit et lu par Julie Kern

[Thème de La Santé Sur Écoute, une musique Lo-fi détendue.]

Bonjour, c'est Julie, cheffe de rubrique santé chez Futura. Bienvenue dans ce nouvel épisode de La Santé sur Écoute. À quelques jours de la Saint-Valentin, votre podcast santé préféré prend son arc de Cupidon pour tirer sa flèche droit dans notre cerveau, là où est produite la bien nommée l'hormone de l'amour ou l'ocytocine. Peut-on tomber amoureux sans elle ? On en parle de cet épisode de La Santé sur Écoute, et surtout n'oubliez pas de vous abonner et de partager ce podcast autour de vous !

[Musique Lo-fi au piano.]

Les campagnols des prairies sont des petits rongeurs étonnants. Ces boules de poiles de quelques grammes sont l'une des rares espèces de mammifères à être monogames. Monsieur et Madame Campagnol s'accouplent et passent la majorité de leur courte vie ensemble. Ils s'occupent de leur progéniture et Monsieur Campagnol défend même sa compagne face aux prédateurs. De par leurs mœurs atypiques, les campagnols des prairies sont l'objet d'études sur les mécanismes biologiques de l'attachement et de l'empathie. En effet, contrairement à leurs cousins des montagnes, beaucoup moins romantiques, le cerveau des campagnols des prairies est bardé de récepteurs à l'ocytocine, l'hormone de l'amour.

Chez l'être humain, cette hormone est synthétisée par l'hypothalamus dans le cerveau et régule de nombreux comportements positifs comme l'empathie, la confiance en soi ou encore le plaisir sexuel. De précédentes études menées chez nos amis les campagnols avaient montré que sans ocytocine, les rongeurs perdaient leur comportement si unique. Chez les humains aussi, les déficits en ocytocine ont été associés à la dépression, à l'anxiété, au repli sur soi ou à un déficit de plaisir sexuel.

[Transition musicale.]

Mais notre bonheur repose-t-il uniquement sur l'ocytocine ?

Eh bien, il semblerait que non. Car une étude toute récente également menée chez les campagnols des prairies montre que les rongeurs sont tout de même capables de tisser des liens et de s'occuper de leur progéniture quand le gène qui code pour l'ocytocine est réprimé. Une observation qui va à l'encontre des précédentes recherches et qui suggère que les mécanismes biologiques responsables de l'attachement sont bien plus complexes.

En effet, les jeunes campagnols nés sans ocytocine ont réussi à former des couples comme leurs congénères sauvages et les femelles ont aussi produit du lait pour leurs petits – la lactation étant un phénomène régulé par l'ocytocine – mais en plus petite quantité que les autres femelles. Voilà qu'il semble que l'ocytocine n'est pas la seule hormone responsable des relations sociales et de l'amour. Cela étant dit, les mécanismes de l'amour sans ocytocine restent un mystère.

[Transition musicale.]

Les comportements sociaux chez les campagnols sont une question de vie ou de mort. Alors, les scientifiques pensent qu'un autre mécanisme, une autre voie, peut-être celle de la vasopressine, une autre hormone, prend le relais en l'absence de l'ocytocine. Mais, tout reste à découvrir sur cette question.

Les petits campagnols ne sont finalement pas si éloignés que cela des humains. Nous aussi nous sommes des êtres sociaux et les interactions positives avec les autres sont primordiales pour notre bien-être et notre développement, surtout durant l'enfance. Un traitement à base d'ocytocine a montré des bienfaits dans des maladies qui affectent les relations sociales comme l'autisme, la schizophrénie ou la dépression.

Ainsi, il apparaît que nous pouvons vivre sans ocytocine mais jamais sans amour. Être un peu mielleux, c'est aussi garder sa santé sur écoute.

Merci d'avoir passé ce moment avec moi. Vous trouverez les sources de cet épisode dans la description pour vous forger votre propre avis. N'oubliez pas que les informations partagées pendant cette capsule audio ne se substituent pas à un diagnostic médical émis par un médecin. Si vous avez le moindre doute concernant votre santé, n'hésitez pas à consulter un professionnel. Pour nous soutenir et améliorer notre visibilité, [abonnez-vous](#) et partagez ce podcast autour de vous. On se retrouve la semaine prochaine pour un nouvel épisode de La Santé sur Écoute. À très vite !