

D AMORE & SESSO

la Repubblica

26/07/2013

coppia

NIENTE SESSO, NON MI VA

Stando alle statistiche, è la frase preferita da una donna americana su tre fra i 18 e i 59 anni, ma il problema interessa moltissimo anche le italiane. Tranquille: l'amore non c'entra. Una delle cause principali è la stanchezza. Ma anche la mancanza di intesa sessuale col partner ha il suo peso. Ne parliamo con due esperti

DI SARA FICOCELLI



La scusa più gettonata è quella del ciclo mestruale, ma non può essere riutilizzata ogni settimana. A volte racconti di aver dimenticato di prendere la pillola, di non esserti depilata o, se proprio manca la creatività, tiri fuori l'inoppugnabile mal di testa. Una nessuna e centomila scuse pur di non cedere alle sue avances. Lui ti piace, ne sei ancora innamorata. Eppure, quando la sera si avvicina e ti sfiora con

intenzioni inequivocabili, la tua risposta è quasi sempre la stessa: niente sesso, non mi va. Non preoccuparti, non sei l'unica. Stando alle statistiche, è questa la frase preferita da una donna americana su tre fra i 18 e i 59 anni. E le italiane? Non ci sono dati ufficiali, ma non è un mistero che il problema dell'anoressia sessuale - il calo del desiderio o dell'interesse sessuale - sia diffuso anche da noi.

Quattro donne su dieci, secondo uno studio del Massachusetts General Hospital pubblicato su *Obstetrics & Gynecology*, non hanno rapporti sessuali appaganti e il dato dipende dal calo del desiderio, un problema diffuso ma altrettanto ignorato, che colpisce soprattutto in età avanzata: si mette da parte la libido, la si considera un'esperienza superflua ma non si drammatizza la propria condizione. Le aziende specializzate in prodotti sessuali hanno prontamente intercettato il fenomeno e, dopo l'entrata in commercio negli Stati Uniti di "Osphena", farmaco per il trattamento della dispareunia, il dolore durante la penetrazione, poche settimane fa la Emotional brain ha annunciato che nel 2016 metterà in commercio il farmaco "Lybrido", per il trattamento del disturbo del desiderio sessuale ipoattivo (Hsdd).

"Nel passato" spiega Claudio Paganotti, ginecologo dell'Istituto clinico città di Brescia, "il desiderio era considerato una malattia, oggi è la sua mancanza ad essere un problema e rappresenta, probabilmente, la disfunzione sessuale più diffusa, spesso causa di disagio e difficoltà interpersonali. Le cause sono psicologiche, biologiche o combinate. Particolarmente significative quelle ormonali, come la mancanza di testosterone o di estrogeni, ma a provocare la situazione possono essere anche depressione, stanchezza, carenza cronica del sonno, disfunzioni del pavimento pelvico, farmaci come gli antidepressivi, abuso di droghe e alcool. La buona notizia è che tutto può essere contrastato con farmaci a base di testosterone ed estrogeni, cure riabilitative come gli esercizi di Kegel e terapie psicosessuali".

Non è costruttivo né per la donna né per la coppia far finta di niente. Non è nemmeno delicato liquidare la questione con un frettoloso "vuol dire che qualcosa nella relazione non va". Meglio invece tener conto del "calo". Che, fortunatamente, può essere solo momentaneo e che, soprattutto, è rimediabile. "Possono esserci vari motivi per la mancanza di desiderio di una donna" spiega Adelia Lucattini, presidente della SIPSleS, Società Internazionale di Psichiatria Integrativa e Salutogenesi di Roma, "che non hanno nulla a che vedere con la mancanza di amore o con una caduta del sentimento. Uno dei più frequenti, a qualunque età, è la stanchezza. La stanchezza fisica e quella mentale indotta da monotonia, noia. Fra

le più giovani, le cause possono essere studio o perdita di sonno o un'eccessiva attività psicofisica, un ragazzo poco stimolante o troppo centrato su di sé. Nelle donne più adulte, il peso del lavoro o della famiglia. Il più delle volte si tratta di una mancanza d'intesa mentale, non di perdita di interesse fisico, come spesso gli uomini credono. Se il bisogno di affettuosità o di coccole o di stare abbracciati anche per una notte intera viene deluso o semplicemente non è sufficiente in un periodo specifico in cui una donna ne ha più bisogno o lo desidera, l'interesse sessuale può scomparire anche all'improvviso. E non è affatto scontato che ritorni presto, come per magia".

Per sentirsi amati è insomma necessario sentirsi capiti, perché ciò equivale ad essere riconosciuti: nei propri desideri, nelle proprie fantasie, negli sforzi, nella dedizione, nell'adattamento, nell'impegno e nel rapporto. Se è vero che l'amore è l'anima della felicità, la psiche è l'attivatore dell'eros. "Le "trigger zones" del desiderio e del piacere" conclude Lucattini, "sono collocate proprio lì, nella psiche, ed è da lì che, come un "fuoco sotto la pelle", scriveva Saffo, raggiungono ogni angolo del corpo. Ed è nella psiche di ogni donna che vanno coltivate, nutrite, alimentate dall'uomo che le sta accanto".

(26 luglio 2013)