Eiaculazione precoce, il killer dell'intimità

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Cosa vuole una donna, oggi, quando fa l'amore? Essere molto soddisfatta, quanto l'uomo. Il diritto di lei al piacere erotico è diventato un aspetto essenziale della relazione di coppia. Quando manca, viene meno quella gratificazione fisica, affettiva e sessuale che aiuta la coppia ad affrontare le molte difficoltà della vita. Il piacere condiviso è il miglior amico della fedeltà: più si è soddisfatti, anche fisicamente, del proprio partner, meno ci si guarda intorno.

Cosa succede allora quando lui ha un problema sessuale? Molto è stato fatto sul fronte delle difficoltà di erezione, oggi ben curabili con farmaci appropriati. Resta invece trascurato il problema dell'ejaculazione precoce, il grande killer dell'intimità di coppia, che colpisce il 20-30% degli uomini italiani.

Quali sono i criteri scientifici per dire che lui è davvero "troppo" veloce, e che questo merita diagnosi e terapie adeguate? I criteri principe sono tre: un tempo di latenza tra inizio della penetrazione ed ejaculazione inferiore ai 2 minuti (un minuto o meno nei casi più gravi); la sensazione che l'uomo ha di non riuscire a controllare quando avere l'ejaculazione e l'orgasmo; e lo stress che consegue al ripetersi del problema.

Stress per lui, che in un terzo dei casi perde autostima, si sente inadeguato, perde grinta e assertività nello studio e nel lavoro, fino a diventare un maschio "gregario" o marginale. Fino ad avere una riduzione del testosterone, l'ormone più amico della mascolinità, a causa della frustrazione sessuale ripetuta. E stress per lei: quando lui è troppo veloce, non c'è il tempo minimo perché lei possa arrivare all'orgasmo durante la penetrazione. Una volta, due, tre: lei comincia a pensare: «Cosa c'è in lui che non va?», «Perché non si controlla?», «Perché è così egoista?», «Perché mi lascia sempre in bianco?», «Perché non pensa un po' anche a me?». Il desiderio di lei se ne va, crolla la possibilità di eccitazione mentale e fisica, la lubrificazione è scarsa e addio orgasmo. Crescono in lei la rabbia, la collera, l'insoddisfazione, l'irritabilità e l'aggressività, fino all'evitamento dei rapporti. O alla consolazione altrove.

Il punto è che lui non è un egoista, ma un uomo che ha bisogno di aiuto medico. L'ejaculazione precoce ha una solida base genetica, che determina il tempo medio, per quell'uomo, tra inizio della penetrazione ed ejaculazione. Questo tempo può essere accelerato, con peggioramento del problema, quando lui è in ansia per paura di non controllarsi, quando la frequenza dei rapporti è bassa (e allora la spinta biologica all'ejaculazione diventa ancora più forte e incontrollabile), quando ha un prostatite, o un problema di erezione, quando è nervoso o quando i conflitti armano la coppia l'un contro l'altro.

Il riflesso eiaculatorio può essere rallentato quando lui riesce a modulare l'ansia, quando nella coppia c'è complicità e intimità vera, quando la frequenza dei rapporti è elevata. Soprattutto, quando si utilizzano farmaci, come la dapoxetina, studiati e approvati per la cura dell'ejaculazione precoce. Assunta 1-2 ore prima del rapporto, la dapoxetina, a seconda della dose, aumenta di tre-quattro volte il tempo di latenza tra penetrazione ed ejaculazione. Combinata con una breve terapia sessuologica può aiutare a recuperare un'intimità più soddisfacente per entrambi.

E' solo una questione di precocità? No. Purtroppo il 41 per cento degli uomini, giovani

soprattutto, ricorre all'alcol e il 17% utilizza droghe come "autoterapia" per ridurre l'ansia e durare di più. L'alcol oggi viene visto come un fattore di accettazione nel gruppo, come "facilitatore sociale", come fattore di euforia, di disinibizione, per sembrare più simpatici, ma anche più adeguati sessualmente. Purtroppo con rischi gravi per la salute: dalla guida in stato di ebbrezza, alla dipendenza. L'ejaculazione precoce va invece diagnosticata e trattata dal punto di vista clinico, in modo rigoroso. E l'uomo che chiede aiuto al medico fa un gesto di rispetto per sé e di amore per la partner: per conquistare un'intimità più felice per entrambi.