Donne sovrappeso: davvero la loro sessualità è migliore?

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

L'ultimo dato: le donne sovrappeso o francamente obese sarebbero più sessualmente attive, nel senso di avere più rapporti, rispetto alle donne magre o normopeso: rispettivamente, nel 92% verso l'87% dei casi. Se sì, è plausibile questo dato? Che cosa ci dice? E "più frequente" significa anche più soddisfatto e più felice?

In realtà l'analisi della grande popolazione delle donne sovrappeso o francamente obese mostra sottogruppi molto diversi, con diverso profilo e diversa felicità sessuale. Ad un estremo, ecco le donne sovrappeso, sì, ma toniche, energiche, con muscolatura ben rappresentata, robuste soprattutto nella parte alta del corpo (obesità "androide"), con peluria più marcata o francamente irsute e tracce di un'acne giovanile esuberante sul volto. Spesso sono donne che hanno alti livelli di testosterone, l'ormone principe del desiderio, dovuti alla micropolicistosi ovarica di cui soffrono, ma anche segni chiari di iperandrogenismo che il loro corpo e la loro sessualità mostrano. Alto testosterone significa, biologicamente, alto desiderio, maggiore eccitabilità mentale, maggiore reattività fisica generale e genitale, maggiore potenza orgasmica. In effetti, sono donne storicamente ritenute molto calde, secondo l'antico adagio del Sud: "Donna baffuta sempre piaciuta", perché l'uomo ne apprezzava la vivacità, gli slanci e la responsività sessuale, senza troppo badare né al sovrappeso, né ai peli in più, come invece facciamo sempre più noi donne ossessionate dal look, dalla cellulite e dai chili di troppo. Tanto vero che oggi questo stesso tipo di donna può essere ardente, se in lei la biologia ha ancora diritto di ascolto, o invece inibita dal confronto perdente con gli ideali dell'Io contemporanei, secondo i quali la donna desiderabile è bionda, magra, alta e glabra.

Al centro della curva, sta la donna del tipo emiliano, rotonda e femminile, che coniuga l'amore per la buona tavola a una sessualità felice e che, di conseguenza, ha un'allegria e un buon umore contagiosi (sempre parlando per categorie, si capisce, con tutte le eccezioni del caso). Come non credere che dal punto di vista della frequenza, ma anche della felicità, questa donna non sia più soddisfatta, ma anche desiderata e amata, delle sue amiche super magre o francamente anoressiche?

All'estremo opposto sta invece la donna sovrappeso, o francamente obesa, con poca muscolatura e molto adipe, schiacciata dal proprio peso, depressa, spesso con importanti alterazioni della glicemia, o francamente diabetica, con alterazione dei grassi nel sangue e i segni evidenti della cosiddetta "sindrome metabolica". Sindrome in cui tutto il corpo soffre per le conseguenze di queste importanti alterazioni del metabolismo, con lesione progressiva dei vasi sanguigni ("microangiopatia"), che nella donna, come nell'uomo, va nel tempo a minare anche le basi biologiche della sessualità, oltre che della salute. In questa donna il desiderio è mediamente più basso, frenato o ucciso dalla depressione, dalla disistima, dalla crisi dell'immagine di sé, dalla frustrazione per la lotta perpetua con diete e bilance, dal peso dello stigma sociale che l'obesità porta con sé. Ma poco desiderio non significa, in sé, avere meno rapporti.

L'altra grande variabile è infatti l'atteggiamento dell'uomo, molto "proattivo" nei confronti della sessualità: l'incontro andrà benissimo con la donna ardente e focosa; sarà spassoso, affettuoso e molto appagante con la donna morbida e rotonda, e può trovare buona risposta, per lo meno nel

senso della recettività, soprattutto nella coppia stabile, anche nella donna obesa, che in genere tende a rifiutare eventuali avances del partner molto meno della magra che quel giorno non ne abbia voglia. Perché? Perché si sente comunque gratificata dall'essere cercata; perché la depressione la rende meno capace di essere assertiva, quando serva, anche nell'intimità; perché si sente in colpa, soprattutto se si era sposata magra, se il peso è cresciuto dopo e si sente inadeguata per questo. Ma rapporti più frequenti non significa più felici: come rivelano molte di queste donne, che, nel colloquio individuale, dicono con chiarezza la situazione di disagio, di malessere o, addirittura, la percezione di abuso, in una sessualità in cui dicono di sì, alle avances del partner, pur senza avere alcun desiderio, solo perché non hanno la forza o il coraggio di dire di no. O perché hanno paura di essere lasciate. E molto del vissuto dell'intimità dipende anche dal rapporto con il mondo, fuori dalla camera da letto. La donna, anche molto sovrappeso, che si sente bella e desiderata, è molto più sensuale e attiva di quella, di pari peso, che si senta brutta e rifiutata. L'immagine riflessa nello specchio sociale, in altri termini, è un potente modulatore culturale della percezione di sé.
E allora? Non c'è dubbio che il primo e il secondo gruppo possano avere per il mondo maschile un'attrattività superiore a magre e supermagre: ed è questo effetto di desiderio e morbidezza che può spiegare quel 5% di frequenza di rapporti in più, su iniziativa maschile o condivisa. Aumento che peraltro non significa affatto, come alcuni titoli di quotidiani hanno indotto a credere, che obesità significhi tout-court un passaporto per una più felice sessualità.