Quando lei ha troppo desiderio

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 51 anni e sono sposato da 26. Il rapporto con moglie è sempre stato buono, anche sul piano fisico. Da qualche mese a questa parte, però, abbiamo un problema che rischia di compromettere la nostra intesa. Lei a me piace sempre molto, ma dopo ventisei anni di matrimonio – come dire? – non è che provi ancora un desiderio irrefrenabile. Lei invece farebbe l’amore quasi tutte le sere, quando io sono stanco morto, e non vedo l’ora di andare a dormire. Lei a volte la prende sul ridere, altre volte invece si arrabbia, minaccia di trovarsi un amante e allora parte il litigio, perché io sono geloso e il solo pensiero che vada con un altro mi fa infuriare. Chi sbaglia di noi due? Il problema è mia moglie o sono io? Come posso calmarla, in modo che nessuno ci debba rimettere?”.

T. L., Genova

Gentile lettore, in casi come il suo il problema va al di là della semplice questione della frequenza dei rapporti e tocca le dinamiche profonde della relazione: il controllo (chi controlla chi), il potere, il senso di appartenenza, la gelosia e, in generale, il significato della sessualità (segno di amore, valorizzazione del/della partner, oppure espressione di egoismo, uso strumentale dell’altro). Questi sono fattori molto potenti, sempre presenti nelle relazioni interpersonali: e il loro influsso è ancora più evidente quando i ritmi del desiderio diventano con il tempo diversi, magari anche per cause organiche o legate allo stress quotidiano, e quindi estranee al rapporto di coppia in sé. Per questo motivo, non è facile dare un consiglio generico: è invece indispensabile parlare con entrambi per capire che cosa ci sia realmente dietro il problema della “frequenza”.

Di solito non sono gli uomini ad avere più desiderio?

In effetti è più frequente con sia lui ad essere accusato di eccesso di desiderio: la donna, semmai, è quella che si tira indietro. La vostra situazione è più rara. Da quello che racconta nella sua lettera, però, si intuisce che sua moglie è una donna autenticamente felice di far l’amore con lei, per due importantissimi motivi: con il suo uomo ha sempre avuto una buona intesa fisica ed è ancora innamorata di lui. Questa, per una donna, è la situazione ideale: quando, cioè, l’attrazione si sposa a un forte sentimento. Non sottovaluti quindi la positività che si nasconde dietro a quello che, magari in modo passeggero, lei vive oggi come un problema.

Non può essere che l'intensità del suo desiderio sia eccessiva?

L’“ipersessualità femminile”, ammesso che sia questo il caso di sua moglie, possiede caratteristiche molto difficili da definire, specialmente quando la donna la vive positivamente: e non presenta particolari tratti patologici, se non per il fatto che può creare ansia e disagio nel partner o nell’ambiente sociale. Il giudizio su ciò che è “normale” nella sessualità femminile varia

molto in relazione al contesto socioculturale: lo prova la stessa definizione medica del disturbo, che è cambiata molto nel corso del tempo, a conferma che in questo settore le definizioni rispecchiano spesso la cultura (e i pregiudizi) di chi le formula.

Che cosa si può fare per superare il problema?

Diciamo subito che "calmarla", come accenna alla fine della lettera, significherebbe togliere a sua moglie una componente fondamentale della gioia di vivere. Ammettiamo per un attimo che la signora abbia davvero un desiderio superiore alle media: per capire meglio se e dove stia il problema, bisognerebbe parlare direttamente con lei, per stabilire se il suo desiderio è piacevole e soddisfacente, e non invece compensatorio o compulsivo (si parla in questo caso di "bulimia sessuale"). Solo in questo secondo caso, avrebbe senso valutare un'eventuale approccio psicosessuologico. Tuttavia mi pare che sua moglie sia sempre stata vivace e felice di esserlo. Dalla sua descrizione, in altre parole, mi sembra che – in tutte le dimensioni della sessualità – sua moglie sia una donna normalissima e soprattutto sana, e che semplicemente ha mantenuto intatto nel tempo lo slancio degli inizi. Se tutto questo è vero, la soluzione sta forse nel modificare l'ipotesi di partenza: forse è lei, il marito, ad avere un problema.

In questo caso, come si dovrebbe procedere?

Ancora una volta, non sono possibili indicazioni generiche: occorre verificare il suo stile di vita e anche le sue condizioni generali di salute, magari cogliendo l'occasione per un bel check-up. L'origine della sua difficoltà a reggere i ritmi di un tempo, infatti, potrebbe essere legata a molti fattori: innanzitutto, quelli legati allo stile di vita, come lo stress accumulato sul lavoro, la sedentarietà, un'alimentazione poco sana, il fumo, il consumo di alcolici; oppure un'incipiente depressione, innescata a sua volta dalle più diverse ragioni; oppure, qualche problema di salute, ad esempio di natura ormonale, che non abbia ancora manifestato altri sintomi evidenti... Nello specifico, le suggerisco di parlare con il suo medico di fiducia per effettuare il dosaggio del testosterone totale e libero (l'ormone del desiderio per eccellenza), degli ormoni tiroidei (un ipotiroidismo può frenare il desiderio) e della prolattina. Quest'ultimo ormone, se cresce al di sopra dei valori medi, è il più potente fattore antagonista del desiderio. Inoltre sarebbe opportuno controllare la glicemia, per verificare se lei non abbia un diabete in fase iniziale. Come vede, un approfondimento medico delle sue condizioni di salute è fondamentale. Solo dopo questi controlli sarà possibile individuare la soluzione o il mix di soluzioni – a livello andrologico, psicoterapeutico, psicosessuologico – per risolvere il suo problema e aiutarvi a trovare un nuovo e soddisfacente equilibrio.