Gravidanza e desiderio

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

Cara dottoressa, ho 28 anni e sto aspettando il mio secondo bambino, che ho voluto forse più del primo. Contrariamente all'altra gravidanza, in cui la nausea mi aveva azzerato ogni voglia, questa volta provo un desiderio decisamente più intenso e ho orgasmi molto più forti di prima. Sono però preoccupata perché al momento dell'orgasmo ho contrazioni uterine e non vorrei che questo potesse far del male al bambino o favorire un parto prematuro. Al momento la mia gravidanza è perfetta. La mia ginecologa mi ha detto: "Se ha contrazioni, lasci perdere i rapporti". A me però dispiace, perché sono appena al quarto mese e l'idea di stare in astinenza per tutto il resto della gravidanza, proprio adesso che il desiderio è così intenso e l'amore così appagante, mi dispiace molto. Lei che dice? Cosa può favorire questa intensità di desiderio e di piacere, visto che in genere anche le mie amiche mi dicono di avere un calo, come io stessa avevo sperimentato nella prima gravidanza?
Michela

Innanzitutto, cara Michela, voglio rassicurarla: se la gravidanza è fisiologica, queste contrazioni non preoccupano. E non c'è motivo di votarsi alla castità. C'è un sostanziale consenso, nella letteratura scientifica sull'argomento, sul fatto che in una gravidanza normale far l'amore non è mai controindicato. Diverso è il discorso di una accertata minaccia d'aborto o di parto prematuro, ma non è il suo caso. In generale, è vero che in gravidanza tendono a ridursi il desiderio sessuale, la frequenza dei rapporti, la soddisfazione, la tendenza a variare posizione. Con possibili eccezioni, che riguardano circa il 15 per cento delle gravide, in cui c'è un desiderio trionfante con orgasmi più intensi di prima della gravidanza. In genere, la riduzione sessuale tende a interessare soprattutto il primo e il terzo trimestre. Il primo, per le incertezze, i dubbi che colgono ogni donna, anche quella che il bambino l'ha fortemente desiderato. Soprattutto se soffre di piccoli malesseri fisici, come le nausee. Nel terzo trimestre, perché aumentano l'ingombro fisico (ed emotivo) del pancione e le preoccupazioni per l'imminente parto.
Il secondo trimestre di gravidanza è invece, in genere, il periodo più sereno anche dal punto di vista dell'intesa sessuale. Complessivamente, comunque, la riduzione di tutti gli aspetti della funzione sessuale va dal 20 per cento del primo trimestre all'80 per cento dell'ultimo. Il 46 per cento delle coppie tende anche a sostituire il rapporto sessuale in senso coitale con altri tipi di intimità: petting, carezze e, nel 12 per cento, sola masturbazione dell'uomo (su sua richiesta).
Dal punto di vista biologico, gli alti tassi di progesterone, tipici della gravidanza, tendono a ridurre il desiderio sessuale. La congestione vascolare dei tessuti genitali, indotta dagli ormoni gravidici, tende invece a facilitare la lubrificazione e la risposta orgasmica, se la donna è serena e sessualmente coinvolta. Infine, è più facile avvertire le contrazioni uterine durante e dopo l'orgasmo. Queste contrazioni di breve durata, presenti anche in condizioni normali, consensualmente alle più note contrazioni orgasmiche del muscolo "elevatore dell'ano", sono tuttavia più facilmente riconosciute in gravidanza, proprio per la maggiore "massa" del muscolo uterino. Come le dicevo, non comportano nessun rischio per il bambino, se la gravidanza ha un

© 2005 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

decorso normale. Studi recenti hanno anzi evidenziato che le donne con gravidanze normali hanno più frequenti orgasmi nei rapporti rispetto alle donne con gravidanze a decorso patologico. Evidentemente il maggior benessere generale e ostetrico tende a favorire un miglior abbandono - fisico ed emotivo - ed un maggiore appagamento. Dialogando con le donne incinte, ho notato che quando una donna è così appagata, la gravidanza procede meglio e il bambino nasce con un dono di felicità in più. Inoltre, la coppia che sa vivere con intimità anche fisica questo periodo, si ritrova più unita anche dopo. E con un papà più presente!

Dal punto di visto psicologico, è proprio il modo di vivere la gravidanza, il significato che ha quel bambino per quella donna e quella coppia in quel momento della vita, a condizionare maggiormente il comportamento sessuale. I fattori che influenzano di più questi cambiamenti sono infatti la vita sessuale durante l'anno precedente la gravidanza, che in genere accentua i problemi preesistenti e rilancia intese già buone; il fatto che il concepimento sia stato desiderato o accidentale, e l'eventuale presenza di altri figli, che possono essere vissuti come un fattore limitante (ma non è il suo caso); la situazione psicologica della donna (serena, depressa, o stressata) e il suo vissuto simbolico della maternità e del figlio; lo stato fisico della donna in gravidanza: una donna con una "bella gravidanza" tenderà a vivere con più gioia e libertà anche il proprio corpo e i propri desideri; il comportamento sessuale e l'atteggiamento affettivo del partner. Non ultimo, il ruolo del ginecologo e i consigli che egli ha eventualmente dato (o non dato). In sintesi, cara Michela, si gusti questa bella gravidanza e questa felicità sessuale, che è un dono in più in questa luminosa stagione della sua vita.

© 2005 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it