Scambismo: quali rischi si corrono?

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

"Ho 48 anni, mio marito 56, non abbiamo figli. Abbiamo sempre avuto una buona intesa sessuale. Recentemente però lui ha cominciato a propormi lo scambio di coppia. In questi anni ho abbastanza assecondato le sue proposte di "novità" (lui è il più fantasioso tra i due), ma questa volta sono perplessa. Quali sono i rischi dello scambismo?".
Chiara C. (Savona)

Gentile signora, il temine "scambismo" definisce un gruppo piuttosto ampio di comportamenti sessuali, che molti chiamano semplicemente "trasgressioni": hanno in comune una riduzione più o meno forte della monogamia, ossia della fedeltà reciproca nella coppia. In questi casi viene erotizzato, e diventa oggetto di eccitazione mentale e fisica, il guardare o l'essere guardati in atteggiamenti sessuali espliciti con una terza persona, e/o l'avere rapporti completi con persona diversa dal partner abituale. Nella coppia eterosessuale, si parla di "esibizionismo", quando la persona (in genere la donna) si eccita nell'essere guardata, e di "voyerismo" quando il partner (in genere l'uomo) si eccita nel guardare. Nello scambismo è possibile lo scambio a tre, a quattro (due coppie) o con più persone (sesso di gruppo). In genere è più frequente avere comportamenti bisessuali nella donna che nell'uomo.
La premessa è che la coppia si sente assolutamente solida e complice nel cercare questo tipo di eccitazione, al punto da farne un elemento di divertimento e di esaltazione condiviso. Quali i rischi? Innanzitutto, che la decisione non sia così condivisa o "simmetrica". Anzi, come nel suo caso, c'è un partner che insiste per iniziare questa esperienza (in genere lui) e l'altra più al traino. E' possibile quindi che l'asimmetria possa poi presentare conti salati sul fronte proprio della relazione di coppia. La donna "non del tutto convinta" potrebbe sentirsi usata e/o abusata. Oppure, lei o lui potrebbero entusiasmarsi del nuovo partner. Questo può attivare gelosie di intensità non prevedibile, aggressività o innamoramenti a forte componente fisica, fino al punto da lasciare il/la compagno/a storici.
E' anche vero che nella pratica clinica si vedono le persone che ne hanno tratto un danno personale (affettivo, sessuale e /o di salute), mentre gli scambisti felici continuano allegramente nel loro tourbillon. Ho tuttavia un consiglio: è saggio non accettare, anche nell'erotismo, comportamenti trasgressivi che non ci piacciono o non ci convincono, specie se coinvolgono altre persone e/o comportano rischi di salute e/o psicosessuali.

Prevenire e curare - Scambisti: quali rischi?
L'allarme è scattato in Olanda, dove è stato dimostrato che gli scambisti hanno più rischi di:
- malattie sessualmente trasmesse (se non si usa regolarmente il profilattico, fin dall'inizio del rapporto e in tutte le forme di rapporto);

- usare sostanze eccitanti (cocaina) e/o disinibenti (alcol), spesso insieme, con aumento dei rischi da promiscuità non controllata.

Questo può aumentare l'imprevedibilità dell'impatto fisico ed emotivo di questa pratica, banalizzandone i rischi fisici ma soprattutto psicosessuali.