

## Orgasmi come fuochi d'artificio: sarà vero?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

“Su un sito ho letto di come le donne rappresentano il loro orgasmo: fuochi d’artificio, scintille, fuochi pirotecnici, esplosioni, arcobaleni, orgasmi stellati, addirittura un big-bang! Una cosa pazzesca! Sarà vero o sono mitomani? Io tutti questi fuochi non li ho mai provati! O sono io che non funziono?”.

Margherita delusa (Bolzano)

Gentile signora, sì, l’orgasmo, può assomigliare a un big-bang, come sostengono alcune, ma anche a uno starnuto, come sostiene qualcun'altra. Il picco di piacere fisico e mentale che la donna, e l’uomo, hanno al culmine dell’eccitazione, può avere un’intensità molto variabile. Questa dipende da fattori fisici e psicologici.

Tra quelli fisici, sono importanti:

- il testosterone, massimo a vent’anni, che anche la donna possiede, e che mette il turbo al cervello e ai genitali;
- gli estrogeni, che facilitano la formazione della cosiddetta “piattaforma orgasmica”, ossia la qualità della congestione genitale da cui dipende poi l’intensità dell’orgasmo stesso;
- la salute psichica e fisica, generale e genitale, incluso l’averne nel sangue e nel cervello un buon livello di ferro (prezioso per la dopamina, il neurotrasmettitore da cui dipendono interesse e motivazione sessuale).

Ci sono poi le variabili legate:

- all’intensità dell’attrazione fisica e mentale per il/la partner, a quanto lui sappia essere o meno un buon amante, sensuale ed eccitante;
- alla situazione, più o meno trasgressiva, seduttiva e galeotta, oppure tranquilla.

Oggi, grazie a tecniche sofisticate di laboratorio, possiamo letteralmente “vedere” che cosa succede nel cervello di una donna quando ha l’orgasmo. Pazzesco! Si attivano moltissime e diverse aree cerebrali, un vero fuoco d’artificio neurochimico. L’intensità del piacere percepito dipende proprio dall’intensità della “esplosione” cerebrale, da questa formidabile attivazione neuronale. Ebbene sì: l’orgasmo può, a volte, assomigliare a un big-bang. Ecco perché le donne diventano isteriche quando non ce l’hanno più. Per chi non l’ha ancora provato così intenso, un’idea stuzzicante: perché non cercarlo con più convinzione?

---

Prevenire e curare – L’orgasmo si appanna con l’età: come evitarlo?

- Per mantenere l’orgasmo dei vent’anni, o almeno dei quaranta, bisogna tenere ai giusti livelli testosterone, estrogeni e deidroepiandrosterone (DHEA), che tendono a ridursi con l’età e in particolare a crollare dopo la menopausa
- Una terapia ormonale sostitutiva personalizzata, attenta a restituire questi ormoni, può ridare

alla donna anche orgasmi da big-bang

---

---