

Orgasmo: perché nelle donne si appanna con l'età

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

"Carissima, perché nelle donne l'orgasmo si appanna sempre di più con l'età? Ho 50 anni, ho ancora il ciclo, anche se un po' ballerino, un buon matrimonio, ma c'è poco da fare: l'orgasmo si è molto molto ridotto di intensità. Ne ho parlato con una mia amica, pensando che il problema fosse solo mio, e lei mi ha detto: «Sta' contenta: il tuo sarà anche appannato, il mio è morto del tutto». C'è qualche cura o ci dobbiamo rassegnare?"

Mariella e Adriana (Asti)

No, non ci dobbiamo rassegnare, perché la perdita progressiva dell'intensità dell'orgasmo ha precise cause biologiche, fisiche, oltre naturalmente a fattori di tipo emotivo e relazionale, che nel suo caso mi sembrano esclusi.

Premessa: l'orgasmo non è un arcobaleno colorato sopra la testa, ma un preciso fenomeno neurobiologico, vascolare, muscolare e ormonale, che ha profonde implicazioni psicoemotive e relazionali, sia nell'accendersi, sia nello spegnersi. Studi anatomici hanno dimostrato che l'appannarsi dell'orgasmo riconosce un fattore biologico universale, legato all'età.

I corpi cavernosi, nella donna e nell'uomo, sono vasi specializzati che si riempiono di sangue con il desiderio, l'eccitazione e la stimolazione sessuale. Questa congestione vascolare è modulata da un'intensa attività delle fibre nervose, che a loro volta informano il cervello di quanto l'eccitazione stia aumentando in tutte le componenti dell'orchestra del piacere. Quando l'intensità della stimolazione e della congestione vascolare raggiunge il culmine, le fibre nervose attivano la contrazione involontaria dei muscoli del pavimento pelvico e del trigono superficiale che copre parte dei corpi cavernosi ("riflesso orgasmico"), dando luogo alle magnifiche sensazioni che (quasi) ogni donna conosce.

Qual è il punto? Le dimensioni dei corpi cavernosi si riducono dai vent'anni in poi, in parallelo alla progressiva riduzione dei livelli di testosterone, presente più degli estrogeni nel normale ciclo femminile. La riduzione di volume arriva al 50% circa verso i 50 anni: questo comporta un appannamento di tutte le componenti vascolari e nervose da cui dipendono l'architettura cellulare del tessuto cavernoso e la sua funzione. Come dire: se l'orchestra è dimezzata, l'intensità del suono si riduce, anche a parità di altre condizioni.

In positivo, questo tessuto è molto recettivo agli ormoni sessuali: e perfino il clitoride, se si cominciano le cure per tempo, può resuscitare. Auguri!

Prevenire e curare – Il testosterone nutre il piacere fisico femminile

I tessuti genitali della donna sono sensibili agli estrogeni, soprattutto in vagina, e agli androgeni, sia in vagina, sia nei genitali esterni (vulva). Il testosterone, a dosi fisiologiche, in crema da applicare localmente, è il grande "ricostruttore" dei tessuti genitali femminili, con due particolarità:

- aiuta le diverse cellule a ricostruire il tessuto secondo un progetto di architettura specializzata, essenziale anche al recupero della funzione;

- ha un'azione antinfiammatoria, e quindi anti-age locale.

Ne parli con la sua ginecologa!
