

Fantasie erotiche: il lato oscuro di un uomo

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Cara dottoressa, lo dica chiaro che le fantasie sono una bomba a orologeria, altro che innocue! L'ho scoperto a mie spese e non so più cosa fare. Mio marito ha 60 anni, io 45. Gran lavoratore, era affettuoso e attento. E fedelissimo: potrei mettere la mano sul fuoco. Circa un anno fa, avevo notato che la sua erezione non era più quella di una volta, ma non avevo detto niente per non umiliarlo. Una sera lui mi propone di giocare un po' con delle fantasie, tipo cosa farei se volessi sedurre un altro. Io l'ho assecondato, anche perché in effetti era come se le sue difficoltà sparissero e lui tornasse quello di un tempo. Piano piano la fantasia è diventata irrinunciabile e sempre più spinta. Il problema è che lui è diventato gelosissimo. Controlla il telefono, non l'aveva mai fatto prima, vuole sapere tutto quello che faccio, è diventato aggressivo. La mia vita è diventata una galera. Ho meno desiderio e questo lo rende ancora più geloso. La nostra vita è diventata un inferno. E adesso cosa facciamo?».

Amalia S. (Padova)

Fantasie come bomba a orologeria? Non sempre, per fortuna. Ci sono tuttavia dei rischi sottovalutati, a volte con effetto dirompente, proprio come lanciare una bomba a scoppio ritardato, almeno in alcune situazioni.

Le fantasie erotiche hanno molti risvolti: sono divertenti e innocue quando i partner sono fisicamente sani ed emotivamente solidi. Sono allora un gioco che può anzi amplificare la complicità della coppia, e il gusto di rilanciare e stuzzicare un'eccitazione mentale che può esaltare quella fisica, e viceversa. Sono anche una via per conoscere meglio l'altro, o l'altra: la fantasia svela moltissimo della parte segreta di ciascuno di noi, dei punti di forza della personalità ma anche delle vulnerabilità, delle fragilità e delle parti irrisolte, e non solo sul fronte sessuale.

La questione si complica quando la fantasia viene usata più o meno consapevolmente come "terapia" per difficoltà che andrebbero affrontate sul loro terreno, come nel caso di suo marito. Potrebbe allora rivelarsi un boomerang, quando scatena comportamenti prima impensabili, pericolosi o persecutori, sino a quel momento rinchiusi nei sotterranei dell'anima.

In concreto, il problema di erezione andrebbe affrontato bene sul fronte medico, con un uroandrologo attento anche ai risvolti sulla sessualità di coppia dal punto di vista emotivo. Nello specifico, fatti gli esami diagnostici appropriati, la terapia potrebbe utilizzare il tadalafil che, avendo una emivita, ossia una durata d'azione, ben più lunga degli altri farmaci per l'erezione, consente di avere poi rapporti spontanei, ben aiutati in modo più naturale, se assunto tutto le sere.

Ben più seria è l'esplosione dell'ossessività gelosa e della possessività, che sono invece killer dell'amore e della sessualità (e spesso, purtroppo, della donna stessa). Soprattutto quando superano i confini del gioco erotico e diventano un problema pervadente che può avere risvolti psichiatrici, fino al delirio di gelosia.

Il suo «e adesso cosa facciamo» indica che lei vorrebbe ancora recuperare una relazione di coppia serena e appagante. Scriva una lettera affettuosa a suo marito. Breve, senza rimproveri, per dirgli quanto il vostro amore è stato luminoso e quanto lei desideri ritrovare con lui l'intimità perduta. Gli proponga una visita medica per curare le difficoltà d'erezione: già sarebbe un ottimo inizio. Risolta la difficoltà fisica, la gelosia potrebbe pian piano sciogliersi. Se persistesse, un aiuto psicologico molto qualificato potrebbe aiutare suo marito a ritrovare fiducia e serenità. Insieme, se lei lo vorrà ancora.

Pillole di salute

«Mia figlia, 35 anni, soffre di celiachia da quando ne aveva 23. Ho sentito una sua intervista in cui diceva che questa malattia aumenta il rischio di menopausa precoce. Ho capito bene? Cosa dovrebbe fare?».

Tiziana T. (Bergamo)

Ha capito benissimo, gentile signora. Tutte le malattie autoimmuni, e la celiachia in particolare, aumentano il rischio che l'ovaio venga attaccato dal sistema immunitario sregolato, con distruzione degli ovociti, che sono le cellule riproduttive. Questo causa una riduzione della fertilità sino alla sterilità e alla menopausa precoce. E' opportuno valutare la riserva ovarica, mediante dosaggio degli ormoni sessuali e dell'ormone anti-mulleriano. Se poi sua figlia non può o non intende avere figli ora, è saggio procedere alla crioconservazione degli ovociti, per proteggere la fertilità nel lungo termine.

«Ho 66 anni. Ho avuto una brutta depressione, con perdita completa del desiderio. Con l'antidepressivo sto meglio, ma il desiderio non torna e ho difficoltà con l'orgasmo. Cosa posso fare?».

Maria C. (Asti)

La depressione è la prima nemica del desiderio. L'attività fisica quotidiana, meglio se di primo mattino, la combatte e aumenta la dopamina, che è la prima alleata del desiderio nel cervello. Dimagrire, rimettersi in forma, aver cura di sé aiutano a riaccendere la voglia di vivere. Il testosterone locale potenzia l'orgasmo. Dosando bene l'antidepressivo, la terapia ormonale e lo stile di vita aiutano a far rifiorire la voglia e il gusto di fare l'amore.
