

## Coppie davvero fedeli: che cosa hanno di diverso

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Non sa che discussioni hanno suscitato con i miei amici i suoi articoli su feromoni e tradimenti. Chi diceva: "Ecco la vera verità sulla natura umana!", uomini soprattutto. E altri: "Ma allora la fedeltà è solo un'invenzione culturale e religiosa?". E altre ancora: "Già la fedeltà è difficile di questi tempi, se lei poi dà anche un alibi ai traditori siamo fritte!". Visto che è così attenta alle "ragioni del corpo", come le chiama lei, cos'hanno di diverso le coppie fedeli?».

A.M.T.

Giusta domanda, grazie! Sono felice se un articolo stimola conversazioni, riflessioni, critiche e suggerimenti. Questo è l'obiettivo con cui scrivo. Inevitabile peraltro che su un tema bollente come sessualità, desiderio, trasgressioni e tradimenti la discussione sia accesa, spesso con pensieri opposti. Soprattutto se la biologia contrasta, almeno in parte, con la cultura.

Precisazione: non do un alibi ai traditori. Cerco solo di descrivere quanto succede nel nostro corpo sul fronte ormonale, cerebrale e psicosessuale quando si accende il desiderio fisico, al meglio delle mie conoscenze, che cerco di tenere molto aggiornate.

La prima verità: la monogamia genetica è rara nella nostra specie, come nella maggioranza dei mammiferi. Solo il 3-5% dei mammiferi è monogamo. Ma attenzione: nel senso di due partner, una femmina e un maschio, che formano una coppia per più stagioni di accoppiamento e riproduzione (anche senza avere prole). Tuttavia questa monogamia "sociale" (social monogamy), come viene chiamata oggi, non implica di per sé fedeltà sessuale, che riconosce invece altre dinamiche. La monogamia sociale ha un vantaggio evolutivo, perché garantisce una maggiore cura dei piccoli, una più efficace difesa della coppia da potenziali aggressori, un migliore utilizzo delle risorse nutritive. Fattori culturali l'hanno potenziata tra gli umani, anche per garantire la paternità dei figli, ancor più nelle società patriarcali, anche se gli studi genetici mostrano come un 5-10% dei figli abbia geni non compatibili col padre anagrafico: una verità biologica ben colta dagli antichi Romani con il lucido detto «Mater semper certa est, pater unquam», la maternità è sempre certa, la paternità mai.

Fattori religiosi e culturali hanno portato a far coincidere la monogamia sociale con la fedeltà sessuale, in genere molto più richiesta alla donna che non all'uomo. All'interno di una religione come quella cattolica, la fedeltà sessuale diventa un comandamento a cui aderire anche nei pensieri («Non desiderare la donna d'altri»). In una società laica, la fedeltà sessuale è invece un dono che un partner fa all'altro con una scelta preziosa, perché rara, e costosa, in termini di energia personale. Scelta luminosa che si valorizza e dura nel tempo se è reciproca e premiata da una profonda intesa affettiva e progettuale.

Dal punto di vista biologico, due sono gli aspetti più studiati della monogamia:

1) la modifica dei livelli ormonali, con cambiamenti del testosterone, che si abbassa nelle coppie fedeli, e dell'ossitocina, ormone dell'amore, che si alza, come ha dimostrato C. Sue Spencer, neurobiologa, già direttrice del prestigioso Kinsey Institute (USA);

2) il maggiore sviluppo di un centro speciale del cervello, il centro ventrale tegmentale. E' un'area antica e profonda del cervello, più voluminoso sia nelle coppie davvero fedeli e che si amano, sia negli animali monogami per tutta la vita, come le cicogne.

Molte sono quindi le variabili, anche ormonali e anatomico-funzionali, che modulano la fedeltà sessuale, e che possono mutare nel corso della vita, per cambiamenti legati agli ormoni (menopausa inclusa) e al contesto affettivo e sociale in cui la coppia vive.

---

---

Pillole di salute e benessere

«Mentre prendeva la pillola, mia figlia, 16 anni, ha fatto una dieta drastica e ha perso 13 chili in sei mesi. Ora l'ha sospesa, ma le mestruazioni non tornano. La ginecologa dice che è stata la dieta a bloccare tutto, e che torneranno quando il peso sarà stabilizzato. E' colpa della dieta o della pillola?»

Mamma preoccupata

La dieta drastica è la prima causa di blocco reversibile del ciclo (amenorrea ipotalamica), anche in corso di pillola contraccettiva. Merita tuttavia fare gli esami ormonali, incluso il dosaggio dell'ormone antimulleriano (AMH), per valutare la riserva ovarica ed escludere che ci siano altri problemi indipendenti dalla pillola che bloccano il ciclo, da diagnosticare e curare.

«Ritrovarsi fra ex-compagni di scuola e innamorarsi porta di più ad amori felici o infelici?».

Eva T.

Dipende dalla situazione emotiva in cui si trovano i due innamorati, dal contesto in cui vivono, e da che cosa abbia abitato nel frattempo i due percorsi di vita. Ogni incontro fa storia a sé. Poesia e rischi inclusi.

---

---