

## Quando la precocità di lui fa saltare la coppia

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho letto con molto interesse, e un po’ di rabbia, la lettera di Daniela, il cui ragazzo soffre di eiaculazione precoce. Anch’io ho avuto lo stesso problema: non raggiungevo mai l’orgasmo nel rapporto perché lui era troppo veloce e questo mi faceva infuriare, anche perché per durare si fermava nel bel mezzo, quando magari finalmente stavo per avere il mio piacere. Lui invece diceva che tutti i “maschi-maschi” sono veloci, che il problema era mio e non si è mai voluto rivolgere al medico, anche se nel tempo la velocità era anche peggiorata. In più, le cose che faceva per durare di più mi preoccupavano: beveva prima del rapporto e anche questo alla lunga può diventare pericoloso, no? Sarebbe il caso che i maschi veloci si rendessero conto che il problema è loro e va curato!”.

Tiziana C. (Belluno)

L’eiaculazione precoce è un problema o no? Lo è dal punto di vista obiettivo, quando lui dura meno di un minuto, ha scarso o poco controllo e questo causa molto stress e frustrazione a lui o entrambi. Dal punto di vista sociale, lo è in una società in cui i bisogni fondamentali (di cibo, acqua pulita, riparo, salute primaria, educazione, lavoro) siano stati soddisfatti; in cui sia stato riconosciuto e accettato il diritto della donna ad avere piacere e soddisfazione fisica personale; in cui il piacere sessuale – di entrambi! – sia considerato un pilastro della qualità della vita adulta.

Quindi, Tiziana, concordo con lei: per lo meno nelle società ad alto reddito, e in cui si riconosca alla donna pari diritto al piacere, la precocità può essere considerata un problema, meritevole di essere affrontato anche dal punto di vista medico. Soprattutto perché le cure ci sono, e perché il non affrontare il problema in modo serio comporta il ricorso ad autoterapie negative per l’intimità della coppia, se non pericolose, nel lungo termine, anche per la salute stessa dell’uomo, come l’abuso di alcol.

In effetti, gli studi scientifici ci dicono che solo il 37% degli uomini che soffrono di eiaculazione precoce ritiene di avere una qualità della vita generale soddisfacente o molto soddisfacente, contro il 61% di quelli con una normale competenza eiaculatoria. Solo il 49% ritiene di avere un buon livello di piacere fisico, contro il 76% di quelli con una competenza normale. Ben il 50% dei troppo veloci pensa che il problema mini alla radice la loro abilità sessuale. E un notevole 26% ritiene che gli effetti negativi di questa inadeguatezza siano così forti da colpire l’autostima, la sicurezza personale, l’assertività e la fiducia in sé anche nella vita professionale e sociale.

Cosa succede alla donna quando lui è troppo veloce?

Questo priva la donna del tempo minimo di stimolazione genitale per arrivare all’orgasmo: solo il 51% delle partner di uomini veloci raggiunge l’orgasmo, contro il 78% di quelli con tempi normali. Il problema per la coppia, tuttavia, non si limita alla riduzione del piacere. Da questa mancanza nascono infatti molti altri problemi, anche nella donna: caduta del desiderio, appannamento dell’eccitazione, secchezza vaginale, che contribuiscono, con la mancanza di

orgasmo, a una crescente frustrazione, collera e irritazione personale, come è successo a lei. Un muro di vetro che isola la coppia, impedendole una vera intimità, si sviluppa tutte le volte in cui il problema non viene adeguatamente affrontato, con conseguenze tanto più negative, fino alla rottura della relazione, quando maggiore è l'intervallo di tempo tra insorgenza del problema e richiesta di aiuto al medico. Ecco perché è meglio curare questo disturbo: perché ci vuole più controllo per amarsi meglio e di più.

Prevenire e curare – Le terapie no e le terapie sì

No alle autoterapie, perché sono antierotiche e antisalutari:

- il 69% dei veloci dichiara di pensare ad altro, e possibilmente a cose negative, pur di durare di più. Ma questo fa perdere di fatto il contatto emotivo e la sintonia fisica e sensuale con la propria donna: l'uomo non sente più, di fatto, che cosa lei desidera, a che punto sia dell'eccitazione, che cosa le piaccia di più, rendendo l'intimità ancora più insoddisfacente per lei;
- il 64% ha l'abitudine di interrompersi per durare, magari proprio quando la donna sta arrivando all'orgasmo. Uno stop che fa infuriare anche la più calma delle partner;
- il 41% utilizza l'alcool come "ansiolitico" per durare di più e il 20% droghe diverse. E' quindi vero che le terapie autogestite non sono utili all'intimità e possono creare una sorta di "liturgia della dipendenza", quando alcool o droghe diventano un'abitudine necessaria prima di far l'amore.

Sì alle terapie mediche con dapoxetina, il primo farmaco approvato per curare l'eiaculazione precoce, o altri principi attivi efficaci, anche se non approvati con questa indicazione. Tanto meglio se integrati in una breve terapia sessuologica, personale o di coppia.