

Dubbi d'amore quando lui è più giovane

Prof.ssa Alessandra Graziottin

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

"Ho 60 anni ben portati. Sono vedova da tanti anni, benestante. Stanca di star sola mi sono rivolta a un'agenzia per incontrare un coetaneo colto, libero, per ricominciare a vivere. Ho ricevuto tante telefonate e una mi ha molto coinvolto. Un uomo con una voce magnifica. Gli ho detto però che era troppo giovane (ha 48 anni). Lui mi telefona tutti i giorni, dice di amarmi e... mi vuole sposare!!! Ho paura di tanta felicità. Pensavo a una breve storia per sognare, mai ad un marito! Non ci siamo ancora incontrati: e se lo deluderò per la differenza di età? Anche sui rapporti, come fare per sentirmi a posto fisicamente?"

Andreina G. (Viterbo)

Aspetti di conoscerlo, gentile Andreina. Scusi la franchezza: ma al di là delle intenzioni di lui, non è detto che lei lo voglia sposare. Una voce magnifica non si accompagna necessariamente a un bel volto o a un corpo attraente. E, al di là del corpo e della voce, sono tanti gli aspetti che possono far scattare un'attrazione profonda o, all'opposto, congelare ogni sogno, come spesso succede in questo tipo di innamoramenti – telefonici o via internet – in cui l'identità dell'altro viene immaginata e costruita a partire da pochi, e spesso ingannevoli, indizi. In questo caso la voce e quello che uno racconta di sé, e che può essere molto diverso dalla realtà.

Il matrimonio è una cosa seria e impegnativa, lei lo sa per esperienza. Perché chiudersi in un destino senza nemmeno sapere a cosa si va incontro? Un po' di conoscenza reale, e anche un po' di intimità fisica, di questi tempi, non sarebbe male. Se poi tutto va bene, se l'amore, conoscendovi "dal vero", come lei dice, sboccherà più forte, non saranno quei dodici anni in più a far la differenza. Una donna che sta bene con se stessa, che si cura, che è allegra e vitale, ha – e dimostra – molti anni in meno di quelli che ha. Oggi l'età biologica, quella che uno sente e dimostra, può essere di dieci-quindici anni più giovane rispetto all'età anagrafica. Inoltre, gli uomini hanno sempre avuto donne di trenta-quarant'anni di meno senza che nemmeno li sfiorasse – e li sfiori – il dubbio dell'incompatibilità.

Dunque il problema non sono gli anni, ma le affinità reali, il piacere di stare insieme e di sentirsi in sintonia di corpo e di cuore. Per questo le auguro di sognare ancora, senza tormentarsi anticipatamente. Quando vi incontrerete, lasci che a parlare siano le emozioni e i sentimenti. Non abbia fretta. L'attesa, soprattutto nelle decisioni impegnative come un matrimonio, può solo rendere più meditata la scelta, meno rischioso il passo (anche dal punto di vista economico...) e più chiara la felicità, se davvero c'è un sentimento profondo da ambo le parti.

Come attenuare la differenza di età?

Con stili di vita sani, che immagino lei segua già, visto che dimostra meno anni, e con le giuste cure ormonali: così la differenza si riduce moltissimo! La pelle è più elastica, il seno è più tonico, i genitali hanno la risposta degli anni migliori, torna il profumo di donna, che aumenta l'attrattiva fisica, olfattiva, dovuta ai feromoni. Migliora l'energia fisica, il cervello è più lucido, ci

si sente molto meglio. Con in più l'entusiasmo dell'amore, ci si sente anche vent'anni di meno! Come ginecologa ho visto parecchie coppie in cui l'uomo era molto più giovane. Posso dirle per esperienza che quando il sentimento era autentico, e la donna fa le giuste cure, l'uomo per primo non ha visto quella differenza. E sono stati matrimoni felici, più di tanti fra coetanei. Stia serena. E lasci che il vostro incontro segua la musica del cuore, anche dal vero. Auguroni.

Prevenire e curare – Le cure che rallentano l'orologio biologico

- Gli estrogeni vaginali migliorano la lubrificazione, tolgono la secchezza e il dolore, prevengono le cistiti dopo il rapporto e riducono l'urgenza minzionale;
- il testosterone locale, applicato in pomata sulla vulva, toglie secchezza e prurito, migliora la facilità di eccitazione fisica e la qualità dell'orgasmo, dopo due-tre mesi di cura, necessari per migliorare le basi biologiche della risposta sessuale;
- la terapia ormonale sostitutiva (TOS), a basso dosaggio e personalizzata, aiuta a ringiovanire "dal di dentro" tutto il corpo;
- il deidroepiandrosterone solfato (DHEA-S), ormone surrenalico, potente anti-age che si riduce drasticamente con l'età, può aiutare il cervello e integrare, o sostituire, la TOS.

Morale: un ginecologo competente può aiutare la donna a tenere il corpo più giovane e in gran forma, anche sessuale, in perfetta sinergia con i giusti stili di vita!
