

Estate: i rischi della voglia d'amore e di avventure

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Sarà il trionfo estivo di corpi seminudi, abbronzati e ben esibiti. Sarà l'invisibile e potente tempesta di feromoni, i grandi seduttori biologici dell'attrazione fisica e del desiderio sessuale, che veleggiano festosi nell'aria, con la complicità delle temperature più alte, di corpi più esposti, di testosterone alle stelle. Sarà il bisogno di eccitazione, di emozioni, di trasgressione, dopo un anno grigio. Sarà la noia o un sottile desiderio di vendicarsi di un/una partner che non ci stimola, non ci corteggia, non ci considera più. Per mille ragioni l'estate, soprattutto in vacanza, fa esplodere la voglia d'amore e di avventure, in uomini e donne. Con un trend che non conosce battute d'arresto, in una società sempre più laica, sempre meno fedele, sempre più alla rincorsa del piacere come diritto, come valore in sé e come obiettivo della vita. Una società per molti aspetti delusa, inquieta e disorientata, che teme la routine, il chiudersi degli orizzonti e le difficoltà economiche dell'autunno.

«Ho voglia di innamorarmi», dicono molte donne. Un'espressione antica che rivela il bisogno di sognare, di sentirsi amate, di risentirsi al centro di uno sguardo, di una carezza, di un desiderio, di un progetto d'amore. Di sentirsi apprezzate e considerate di nuovo, dopo essersi sentite invisibili per troppo tempo. Un bisogno tanto più struggente e imperioso quanto maggiore è il vuoto esistenziale che lo anima. E tanto più rischioso, per ragioni diverse. Le illusioni d'amore sono il rischio maggiore, perché il bisogno di sognare ci induce a proiettare qualità inesistenti su persone diverse da quello che vediamo o crediamo di vedere, al punto da «mettere gli abiti dell'imperatore anche sul palo della luce», come ben diceva la mia intuitiva professoressa Jole Baldaro Verde (Illusioni d'amore, Cortina 2014).

Il secondo rischio, connesso al primo, è l'eccesso di sofferenza e di dolore dopo lo scintillio della fase iniziale. L'amore passione, di cui la lucida etimologia ben indica quanto sia intriso di dolore (il patire), oltre la vertigine dell'innamoramento, ha il seduttivo pregio di far uscire corpo e mente dal grigiore quotidiano, da uno stato di sopore, se non addirittura di anestesia dei sensi, che uccide desiderio e voglia di vivere, fino a una strisciante depressione. Ma poi?

Il terzo rischio sono i costi emotivi ed esistenziali, che possono essere molto alti. Per l'aspettativa di "risarcimento" da un'infelicità, un'insoddisfazione complessa, che un'avventura o un amore estivo non possono magicamente cancellare. Per il carico di aspettative, difficili da soddisfare. Per l'asimmetria tra due amanti, di cui una cerca il grande amore e l'altro, l'altra, solo il gioco di un'avventura da vivere col cuore in frigo. Per i molti rischi legati a un'allegria alcolica: rispetto agli uomini, le donne hanno meno della metà dell'enzima che metabolizza l'alcol (alcol-deidrogenasi). Due bicchieri di vino possono drasticamente ridurre la capacità di valutare le situazioni e la loro possibile pericolosità, e creare un'insidiosa disinibizione da allegria chimica. Questo può portare a non guidare più con attenzione la propria vita, e a non proteggersi soprattutto nei momenti trasgressivi. Conseguenze? Ancora più scarso uso del profilattico per proteggersi sia da gravidanze indesiderate, se non si usa una contraccezione sicura, sia da infezioni trasmesse per via sessuale. L'uso del profilattico si riduce infatti con l'aumentare del tasso alcolico, come la capacità di frenare in tempo alla guida. Idem. Risultato: picco autunnale

di diagnosi di infezioni a trasmissione sessuale, perché i germi nemici hanno diversi tempi di incubazione (da una settimana a qualche mese) prima di manifestarsi clinicamente. E un amante portatore di infezione, spesso ne trasmette più di una. Meglio proteggersi prima per evitare molti guai, dopo.

Altro rischio: non essere attente alla riservatezza. Basta un telefonino maligno, il credere di essere più sexy e cool se si gioca a farsi fotografare o filmare in situazioni molto erotiche, e una storia segreta diventa virale, con esiti umilianti e pericolosi, anche per i possibili risvolti sul fronte personale e professionale.

L'innamoramento o l'avventura, vissuti come gratificazione e ricarica di energia, potrebbero dare la forza, poi, di affrontare con coraggio gli aspetti irrisolti della propria vita. A occhi chiusi invece, come l'amore-illusione e il sesso-avventura inducono a fare, lo scontro con la realtà può essere dirompente. E dopo l'ebbrezza alcolica, lo saranno anche i costi in salute, fisica ed emotiva. Pensare sempre alle conseguenze, prima di lanciarsi, è indispensabile per evitare il peggio. Lo dico da confessore laico, oltre che da medico, per i bilanci amari che molte donne, e coppie, lamentano ogni anno in autunno, dopo le storie estive.