

# SESSUALITÀ: LUOGHI COMUNI DA SFATARE

a cura di CLAUDIO PAGANOTTI - WWW.PAGANOTTI.IT

Specialista in Ostetricia e Ginecologia - Consulente in Sessuologia Clinica - Istituto Clinico "Città di Brescia"

Un tempo il sesso era un argomento tabù, oggi se ne parla sempre di più ma, nonostante ciò, è facile incorrere in tanti luoghi comuni. Proviamo a sfatarli

**L**e donne hanno minore desiderio sessuale rispetto agli uomini.

Falso.

È uno stereotipo molto diffuso, in realtà l'intensità del desiderio è identica nelle donne come negli uomini, semmai è diverso il modo di viverlo. Il desiderio maschile si accende nel vedere e toccare la propria partner, quello femminile si nutre soprattutto di parole, di fantasie e di sentimenti.

**Far l'amore in luoghi nuovi o "proibiti" aumenta il desiderio sessuale?**

Vero e falso.

Sperimentare rapporti d'amore in situazioni speciali o addirittura "proibiti" è più tipico dei rapporti occasionali o giovanili. Molto meno nelle coppie consolidate. Può succedere, però, che a 45-50 anni, prima della menopausa, per ricredersi in se stesse o ritrovare l'autostima persa durante tanti anni di matrimonio, lavoro e impegno per crescere i figli, una donna

*SPESSO LA SESSUALITÀ  
È LO SPECCHIO DELLA  
SALUTE DI UNA COPPIA*

abbia voglia di sperimentare nuove fantasie erotiche e nuovi incontri.

### **Il sesso è la cosa che conta di più in un rapporto di coppia.**

Falso

Il sesso è una delle possibilità che la coppia possiede per comunicare. Spesso la sessualità è lo specchio della salute di una coppia. Quando qualcosa va male, di solito la sessualità ne risente. Al contrario, se la coppia va bene, anche la sessualità è appagante.

### **Se si è innamorati, anche i rapporti sessuali sono migliori.**

Vero e falso

L'assenza di un sentimento amoroso non implica la mancanza di attrazione e di piacere. Però fare l'amore con chi si ama è sempre il massimo. Tuttavia i rapporti sessuali sono un

## *LA DURATA DEL RAPPORTO INCIDE SULLA SODDISFAZIONE DELLA PARTNER*

de a ridurre i tempi e l'intensità. La quantità dei rapporti sessuali non fa mai rima con la qualità.

### **Il primo incontro d'amore è spesso un flop.**

Vero e falso

Nonostante sulla "prima volta" l'immaginario collettivo si sprechi, non è sempre detto sia indimenticabile. Colpa soprattutto dell'inesperienza, dell'imbarazzo e dell'emozione, che si superano con il tempo e la conoscenza del partner.

ze e tocchi delicati, e "Lento" cioè procedere con lentezza per avere gli stessi tempi. Per raggiungere l'orgasmo, la donna ha bisogno di almeno cinque minuti, ma spesso, con l'avanzare dell'età, di tempi più lunghi.

### **Un uomo non capisce se la donna simula l'orgasmo.**

Vero

E' difficile scoprire se una donna finge. Ma, se nella coppia c'è una buona intesa, non è neppure necessario porsi la questione.

### **In estate aumenta il desiderio sessuale.**

Vero

Il caldo, l'abbronzatura, il corpo più scoperto e la maggiore percezione dei feromoni della pelle, aumentano l'attrazione tra i sessi e, quindi, anche i



## **E' DIFFICILE SCOPRIRE SE UNA DONNA FINGE, MA, SE NELLA COPPIA C'È UNA BUONA INTESA, NON È NEPPURE NECESSARIO PORSI LA QUESTIONE**

momento passionale, molto più forte all'inizio di una storia d'amore. Quindi l'amore potrebbe essere quel che resta della passione. Ma, anche dopo anni di matrimonio o convivenza, si può risvegliare la passione trovando i modi ed i tempi giusti.

### **Il Viagra aumenta il desiderio sessuale.**

Falso

La nota "pillola blu" è un farmaco prescritto in caso di disturbi nell'erezione, ma non ha niente a che fare con l'incremento del desiderio.

### **Un buon amante è chi fa l'amore più volte di seguito.**

Falso

L'uomo che fa l'amore spesso ten-

### **Le dimensioni dell'organo maschile contano.**

Falso

Non c'è bisogno di essere superdotati per un ottimo rapporto sessuale. Ovviamente se le dimensioni non scendono sotto i limiti della normalità (9-10 centimetri in erezione). Come insegna la letteratura erotica orientale, alle minori dimensioni si rimedia con la tecnica e le diverse posizioni.

### **La durata del rapporto incide sulla soddisfazione della partner.**

Vero

Un rapporto deve rispettare le tre "L". Partire da "Lontano", privilegiando tutte le zone erogene di una donna (bocca, seno, collo, piedi, ...), essere "Leggero", preferendo carez-

rapporti sessuali. Non è un caso che a settembre aumenta l'incidenza della richiesta di pillole del giorno dopo e quella di aborti provocati.

### **I rapporti occasionali non sono a rischio.**

Falso.

Sia per prevenire una gravidanza, sia per evitare le malattie a trasmissione sessuale, occorre sempre proteggersi. Meglio una doppia protezione, sia nel partner (profilattico) sia nella partner (pillola o spirale). ■

Claudio Paganotti