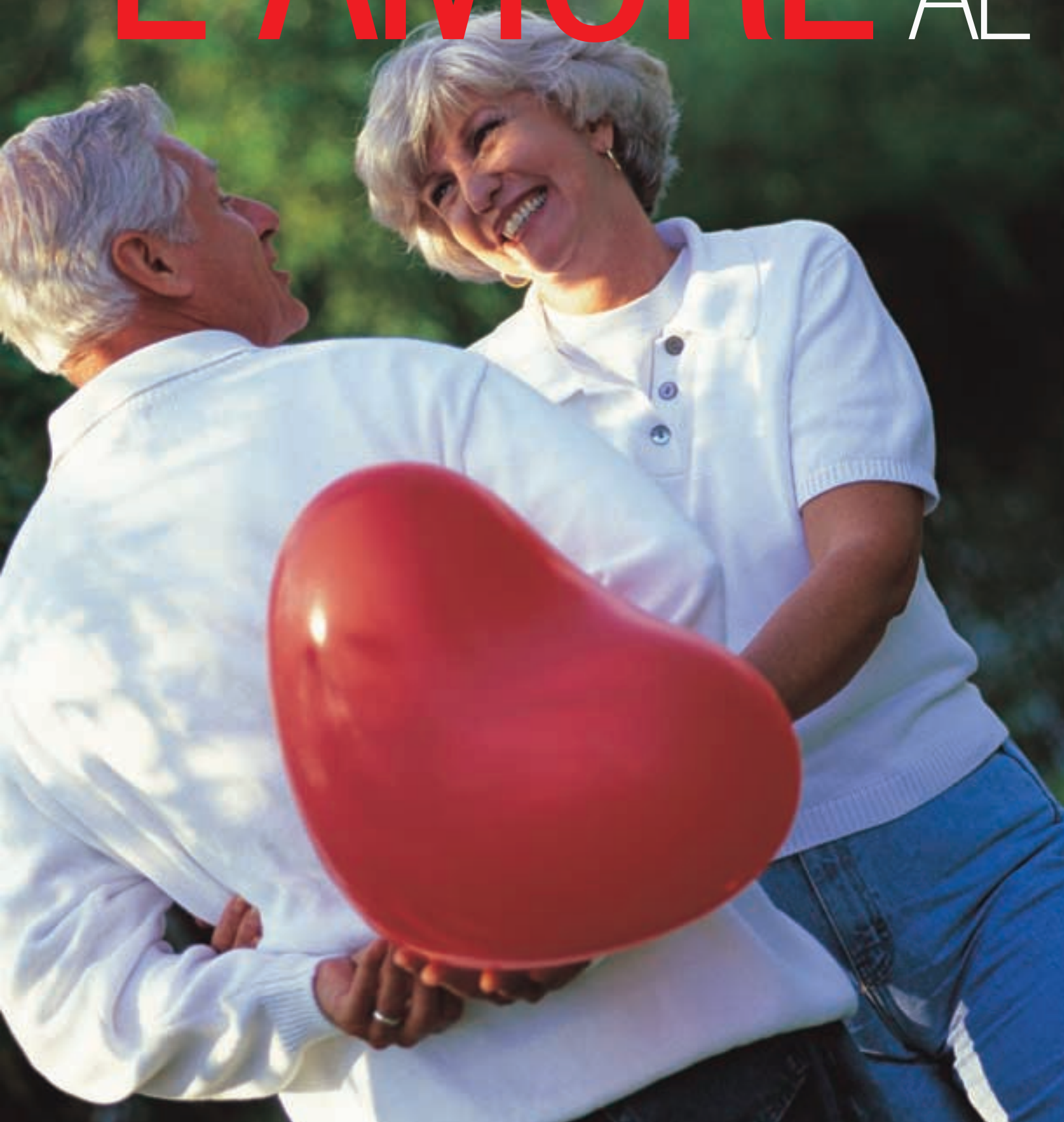


L'AMORE AL



TEMPO DEL VIAGRA

Si moltiplicano le pillole che restituiscono all'uomo la virilità perduta. Ma c'è resistenza al loro utilizzo

Il tempo, si sa, cambia tante cose e tra queste anche il desiderio sessuale, con gli anni diminuisce la frequenza dei rapporti e la soddisfazione. Così anche se si è passata la vita assieme, ci si imbarazza di fronte a questi cambiamenti e si corre il rischio di incrinare l'armonia di coppia. E l'uomo che soffre di disfunzione erettile entra in crisi perché teme di non poter soddisfare più la sua compagna.

Oggi è sbagliato subire passivamente questa condizione, visto che da qualche anno sono disponibili delle molecole sempre più sofisticate ed efficaci che restituiscono spontaneità e naturalezza non solo nell'atto sessuale, ma anche nell'alchimia della seduzione e del corteggiamento. Il problema della disfunzione erettile (*De*) – di cui soffrono oltre tre milioni di italiani – è comune ai maschi di tutto il mondo: secondo dati dell'Oms (Organizzazione mondiale della sanità) il 16% ha accusato questo disturbo e la tendenza è destinata ad aumentare.

Come reagisce l'uomo? Una ricerca internazionale condotta da Ipsos per conto di Bayer Healthcare in cinque Paesi europei (Francia, Germania, Regno Unito, Italia e Spagna) con oltre 5.000 interviste, ha rivelato che la maggior parte dei maschi ha il desiderio di una vita amorosa e sessuale soddisfacente.

Questa tipologia viene definita "Vital sexual", la voglia di rivalizzare il proprio rapporto di coppia e il 46% degli intervistati dichiara di considerare possibile una migliore vita sessuale. Da un'analisi incrociata dei risultati appare che i nostri connazionali dichiarano di aver sperimentato la *De* solo nel 21% dei casi, contro una media europea del 32%. Italiani e spagnoli considerano il sesso una parte molto importante della vita e insieme ai britannici sono disposti

a ricorrere alle "pillole dell'amore".

«Le scoperte farmacologiche degli anni '90 e la ricerca scientifica hanno permesso di chiarire i meccanismi alla base della *De* e di curarla», dice il professor Vincenzo Gentile, presidente della Società italiana di andrologia (Sia). «Le nuove terapie hanno anche fatto emergere un'ampia area di patologia fino ad allora latente, connessa soprattutto alle patologie cardiovascolari (ipertensione, diabete e altro). L'incidenza del disturbo aumenta soprattutto dopo i 50 anni, con punte che sfiorano il 40% dei casi.

Numerose sono le cause organiche. Si possono distinguere in cause vascolari, neurogene e di origine endocrina. Fra le prime, la causa è da ricercarsi in un insufficiente apporto di sangue arterioso al pene. Questo può essere dovuto a lesioni delle arterie conseguenti a ipertensione arteriosa, al diabete mellito, ad elevati livelli di colesterolo, all'aterosclerosi. Altre cause sono rappresentate dagli interventi chirurgici sul colon o sulla prostata, come nel caso della prostatectomia radicale. Tra le cause ormonali entra in gioco il testosterone:

→

“
La potenza sessuale maschile può essere compromessa da fattori ormonali, vascolari, neurologici. E dallo stile di vita

”

A NOVEMBRE LA SETTIMANA ANDROLOGICA

► Dal 21 al 26 novembre si svolgerà la V edizione della Settimana della prevenzione andrologica che coinvolgerà 100 centri specializzati, distribuiti su tutto il territorio nazionale, a disposizione di coloro che vorranno sottoporsi a una visita specialistica.

► Visitando il sito Internet www.andrologiaitaliana.it, da novembre, sarà possibile prenotare la visita gratuitamente presso il centro più vicino e ricevere materiale informativo, non solo sui disturbi della sfera sessuale, ma soprattutto sulle patologie andrologiche.

L'assunzione di questi particolari farmaci è prevista

→

la sua carenza può determinare problemi a carico del desiderio sessuale».

L'importanza del testosterone è stata ribadita al XXII Congresso della Sia, appena conclusosi. Una serie di studi scientifici, pubblicata sul *Journal of Urology*, ha dimostrato come il calo dei livelli di testosterone dopo i 50 anni (la cosiddetta andropausa) costituisca un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari, quali l'infarto, l'ipertensione, l'ipercolesterolemia e il diabete.

“

Sia lui che lei, per motivi diversi, possono opporre una certa resistenza all'uso della "pillola dell'amore"

”

È anche una questione di stile

Per correggere la disfunzione erettile occorre anche modificare il proprio stile di vita. I danni del fumo e dell'alcol sono stati ancora confermati da un recente studio condotto dall'Università degli Studi di Modena e presentato a congresso. «Per quanto riguarda il fumo i risultati hanno evidenziato un rapido miglioramento della capacità erettile dopo solo 24-36 ore dalla sua sospensione», dice il professor Gentile «Per l'alcol, in soggetti il cui consumo appariva come il fattore di rischio più preponderante, ci sono voluti circa sei mesi per migliorare la funzionalità erettile in un terzo dei casi. Ma occorre anche evitare il sovrappeso e la sedentarietà. È importante, poi,

sapere che esistono dei farmaci che possono provocare alterazioni nella risposta erettiva. Fra quelli più usati ci sono gli antipertensivi, i diuretici, i farmaci che riducono il colesterolo nel sangue, gli antidiabetici, gli Ace-inibitori e gli antidepressivi».

Un problema di coppia

La disfunzione erettile è un problema di entrambi i partner. La sessualità nella coppia matura assume colori più tenui, meno accesi, ma non per questo meno intensi. È un periodo in cui cominciano profondi cambiamenti fisici e psichici.

Nella donna sono più marcati con l'arrivo della menopausa, ma anche nell'uomo non sono da meno. Il primo campanello d'allarme per il maschio è proprio nel rapporto sessuale dove l'energia, il vigore e la forza di un tempo vanno scemando.

«Questi cambiamenti hanno una profonda ripercussione nella vita di coppia», dice la dottoressa Roberta Rossi, coordinatrice del gruppo Sia di sessuologia. «Anche se c'è comprensione, complicità, questo riflettere nell'altro i propri malesseri, difficoltà e paure può creare una distanza, un forte distacco. Per superare questo ostacolo deve esserci una profonda so-

solo in presenza di una disfunzione ben accertata

lidarietà e complicità. L'uomo di fronte alla sua incapacità di portare a termine il rapporto sessuale si sente perduto, sconfitto e può reagire in due modi: nega questo cambiamento e si rimette a fare il don Giovanni oppure entra in depressione perché non si riconosce più.

«Prima di arrivare a questo stadio però bisogna cercare di dialogare con il partner e uno dei due deve affrontare il discorso del corpo e della sessualità che stanno cambiando e insieme decideranno se rivolgersi a uno specialista. Sono passaggi ineluttabili della vita che vanno affrontati e accettati con serenità. Oggi ancor di più perché si ha la possibilità di *chances* terapeutiche ben tollerate, da abbinare, se è il caso, a una terapia di coppia».

Non solo Viagra

Dopo l'avvento del Viagra, nel marzo del 1998 (data in cui ha ricevuto l'approvazione da parte dell'Fda), c'è stata una rivoluzione copernicana, al punto che alcuni antropologi hanno parlato di *Viagra culture*. I farmaci contro l'impotenza funzionano davvero, permettono di superare un profondo disagio e

danno pochi effetti collaterali. «Le molecole a disposizione sono tre: Viagra (sildenafil), Cialis (tadalafil), Levitra-Vivanza (vardenafil). Provocano tutti una dilatazione dei vasi sanguigni, in pratica favoriscono l'afflusso di sangue al pene permettendo l'erezione», precisa il professor Gentile. «Gli effetti collaterali sono leggeri e transitori: cefalea, arrossamento al volto, congestione nasale, una leggera ipotensione, bruciore di stomaco, mal di schiena. Questi farmaci, però, sono controindicati nel caso di seri disturbi cardiovascolari, precedente ictus e grave ipotensione o se si assumono farmaci per il cuore a base di nitrati».

Ma come si rapporta la coppia con la "pillola dell'amore"? «La reazione non è così felice, l'uomo ha delle remore a prenderla perché significa ammettere che da solo non ce la fa. E la donna non sempre l'accetta», puntualizza la sessuologa. «Ma in un rapporto di coppia solido non dovrebbe sorgere questo tipo di problemi, l'importante è che la decisione di rivolgersi ad aiuti esterni sia presa assieme, la donna non deve scoprire la pillola nel cassetto, altrimenti si sente ferita. Da ricordare che il farmaco non fa effetto se non c'è desiderio sessuale. La presenza di una donna seduttiva è pertanto una condizione imprescindibile». ■

QUALE PILLOLA SCEGLIERE E PERCHÉ

Quale farmaco scegliere: Viagra, Cialis o Levitra-Vivanza? Una volta c'era solo la pillola blu, che rappresenta ancora l'80 per cento del mercato con oltre un miliardo di compresse consumate nel mondo.

Da qualche anno hanno però fatto la loro comparsa le pillole concorrenti. La differenza è solo nel tempo necessario a far entrare in funzione il farmaco e nella durata del suo effetto.

La terapia va quindi personalizzata secondo i consigli del medico e le esigenze del paziente. Un neo comune a tutti e tre i farmaci è il prezzo: tra i 10 e i 12 euro a pillola. Ecco una semplice guida:

▶ VIAGRA (SILDENAFIL).

Comincia a funzionare dopo un'ora dall'assunzione ed è efficace per circa quattro ore. Va preso a stomaco vuoto. Tra gli effetti collaterali può verificarsi un leggero alone



bluastro che offusca la visione.

▶ LEVITRA-VIVANZA (VARDANAFIL).

La sua azione è molto rapida, dopo circa 20 minuti, e può essere assunto sia a stomaco vuoto che pieno. Ha un campo di azione piuttosto lungo, circa sei ore. Questo farmaco però può provocare vari effetti collaterali se si assumono degli alfalitici, farmaci che servono a migliorare la minzione.



▶ CIALIS (TADALAFIL). È quello che dà la risposta più tardiva, ma la sua azione dura dalle 18 alle 24 ore, tanto da essere stato soprannominato la "pillola del week end". Può essere assunto sia a stomaco vuoto che pieno. Effetti collaterali?

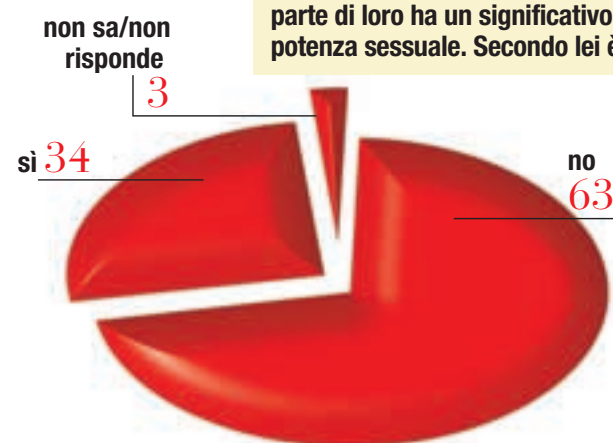
A volte può manifestarsi un fastidioso mal di schiena. Questo farmaco è indicato anche per la riabilitazione della funzione erettile e in tal caso va assunto due volte alla settimana.



CARO, LASCIA STARE LE PILLOLE

Le donne italiane dicono un clamoroso no ai farmaci "per lui". Piuttosto, preferiscono ridurre il numero dei rapporti. Ecco il sondaggio realizzato dalla Swg in esclusiva per **Club3**

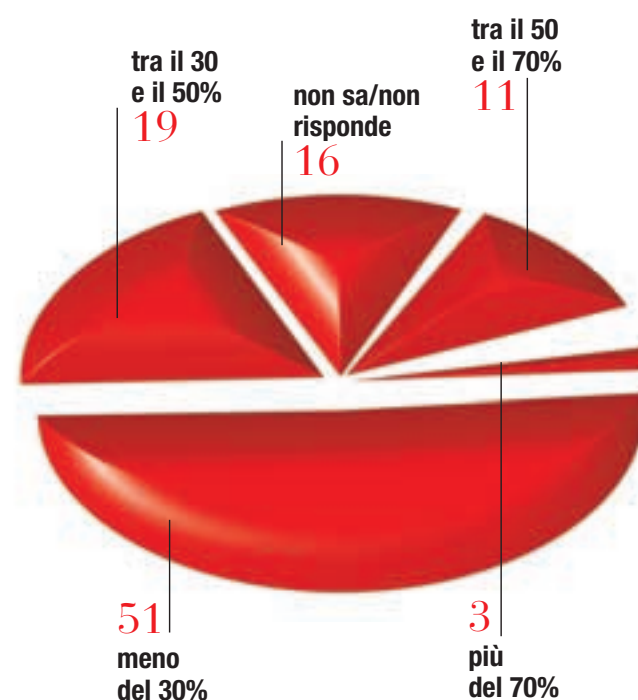
1 I 50 anni sono dal punto di vista fisico un momento di svolta nella vita degli uomini. Molti sostengono che la maggior parte di loro ha un significativo calo della potenza sessuale. Secondo lei è vero?



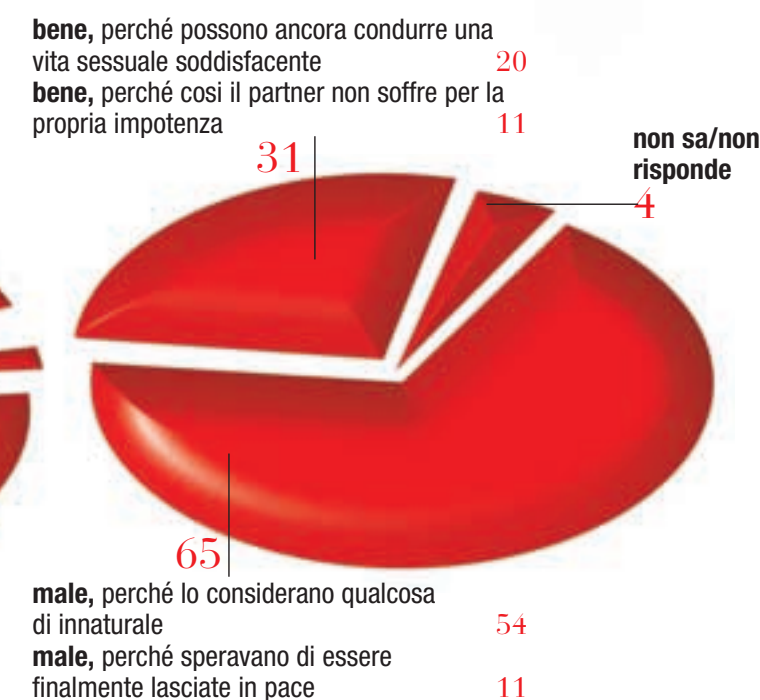
2 Quando si verifica un calo della potenza sessuale dell'uomo, cosa succede alla maggior parte delle coppie?



3 Secondo lei, dopo i 50 anni qual è la percentuale di uomini che fa ricorso ai prodotti tipo Viagra?



4 Secondo lei, le donne accettano bene o male che il marito o partner ricorra a prodotti tipo Viagra?



ARRIVA LA CARTA DELLA SESSUALITÀ

● Dopo l'introduzione delle pillole dell'amore, l'uomo come si sente? La domanda se la sono posta alcuni tra i maggiori esperti mondiali di sessualità. È nata così la **Carta della sessualità**, presentata di recente a Siena. «L'iniziativa è partita a Boston durante il 30° convegno della Society for Sex Therapy and Research, dove si è fatto il punto sui cambiamenti della sessualità maschile e dei suoi disagi nell'epoca del Viagra & C», spiega **Emmanuele A. Jannini**, professore di Sessuologia medica

all'Università de L'Aquila e presidente del gruppo. «I cambiamenti che abbiamo osservato sono positivi. Molti dei comportamenti violenti e antifemminili tipici del maschio sono stati storicamente causati dalla paura di perdere l'erezione ma, dopo la Viagra revolution partita nel 1998, l'uomo non è più concentrato solo su se stesso ma molto più interessato alla partner». Alla stesura della carta hanno partecipato anche **Maurizio Costanzo**, l'antropologo **Alberto Salza**

e il semiologo **Ugo Volli**, entrambi dell'Università di Torino. ● Dalle interviste effettuate a uomini tra i 30 e i 70 anni, single e sposati, sani e in cura per disfunzione erettile, è emersa l'immagine di un uomo un po' seduttore e un po' compagno, disposto a parlare dei propri problemi sessuali. Anche la disfunzione non è più vissuta come una negazione delle radici dell'essere maschile, ma come un disagio affrontabile. ● «Esistono centinaia di definizioni di cultura», dice Alberto Salza: «la più

semplice è il modo in cui un individuo risolve i suoi problemi e comprende un apparato di valori più o meno condivisibili. In questo senso, utilizzare un farmaco che consente di affrontare la sofferenza provocata da una condizione di disagio sessuale può produrre cultura, a patto che il percorso sia condiviso con la partner e accettato dalla società». Maurizio Costanzo ha voluto contribuire ai lavori con il Dizionario minimo della seduzione, sottolineando che una sessualità vissuta appieno non può prescindere dalla riscoperta dei codici della seduzione.

- 1** La salute sessuale è un diritto riconosciuto dall'Organizzazione mondiale della sanità.
- 2** La salute sessuale conosce la piena espressione quando uomo e donna sono vicendevolmente oggetto di desiderio e soggetto di piacere.
- 3** Nessun fattore sociale, psicologico, fisico deve costituire vincolo al pieno raggiungimento della salute sessuale individuale e di coppia.
- 4** Quando è vissuta consapevolmente e senza alcuna forma di disagio, la vita sessuale contribuisce alla piena attuazione della persona. Per questo, la vita sessuale deve essere legittima aspirazione di ogni essere umano.
- 5** Qualsiasi ostacolo al piacere sessuale, e quindi alla piena attuazione della persona, deve essere affrontato con la piena consapevolezza delle soluzioni oggi esistenti per il recupero di una sessualità di valore.

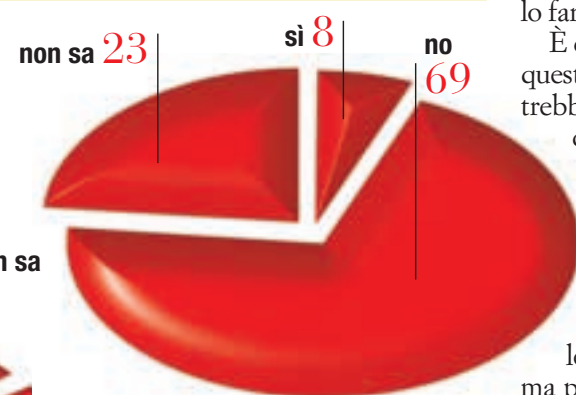
NOTA INFORMATIVA
AI SENSI DELL'ART. 2
DELLA DELIBERA N. 53/02/CSP
DELL'AUTORITÀ
PER LE GARANZIE
NELLE COMUNICAZIONI

Soggetto realizzatore: SWG Srl
- Trieste. Committente e
acquirente: CLUB3. Data
di esecuzione: 6-8/10/2005.
Tipo di rilevazione: sondaggio
telefonico CATI su un
campione nazionale
stratificato per quote di 300
donne (su 2.100 contatti)
di età compresa tra i 50 e i 65
anni. Il documento completo
è disponibile sul sito:
www.agcom.it

5 Le sue amiche, che hanno
mariti over 50, si lamentano del calo
di potenza sessuale dei loro partner?



6 E per quanto ne sa i mariti o partner
delle sue amiche ricorrono ai
prodotti tipo Viagra se hanno problemi?



7 E lei è favorevole
o contraria all'uso
dei prodotti tipo Viagra?



8 Perché è contraria
all'uso di questi prodotti?



Se le donne dicono "no, grazie"

Dicono gli esperti che i prodotti tipo Viagra, per citare solo la prima e più famosa tra le pillole del genere, ha fatto la rivoluzione nella psicologia dell'uomo, non più concentrato solo su se stesso e sulle proprie incertezze ma, rinfanciato dalla medicina, più disposto a occuparsi della moglie, fidanzata o compagna. Ma che succede se poi è lei (nel sondaggio Swg, con una percentuale del 74%) a dire "no, grazie"? Se la donna, fatti i suoi ragionamenti, diffida dell'uomo "medicato" e lo preferisce com'era, con le incertezze di cui sopra? Se la risposta, di fronte ai problemi legati alla sessualità, somiglia tanto a un rassegnato ma anche intelligente "pazienza, lo faremo qualche volta in meno"?

È difficile dire se sia l'uomo o la donna, in questo valzer di coppia, a uscire meglio. Potrebbe sembrare che lui piaccia così com'è, difettucci compresi. O forse è lei a dimostrarsi come sempre più solida e realista, ancorata a valori di comprensione e affetto (e di abitudine, per metterci un pizzico di cinismo) che superano e inglobano anche eventuali *défaillances* della vita sessuale. Difficile giudicare: si parla di pillole e di sesso ma poi si tenta di entrare nel cuore e nella psiche. A chi scrive, che ha l'unico titolo di essere in età da sondaggio, pare di notare due fatti positivi. Il primo è che di questi problemi si può ancora parlare senza scandalo o morbosità. Le donne interpellate hanno i più diversi livelli di istruzione, sono casalinghe, pensionate o lavoratrici, del Nord e del Sud, le loro risposte riflettono una tranquilla consapevolezza. Il secondo è che, giusta o no la diffidenza femminile nei confronti di "quella pillola", fa piacere che ci sia ancora qualcosa, per esempio la vita sessuale di coppia, che sia considerata non necessariamente smontabile e riparabile come un motore. **F.S.**

E dopo i sessanta può essere anche meglio

Con l'età l'erotismo si fa più intenso, dice Francesco Alberoni. Sono i giovani, oggi, ad avere problemi

Dopo quasi trent'anni di studi sull'amore (*Innamoramento e amore*, la prima sintesi delle sue ricerche, uscì nel 1979), Francesco Alberoni, 75 anni, sociologo e scrittore di fama mondiale, dedica un libro al sesso e alle sue complesse relazioni con l'amore. Con *Sesso e amore* (Rizzoli), però, sceglie la formula del racconto, passando per esperienze di vita in prima persona ma anche tratte dalle pagine letterarie di grandi autori.

Professore, si può parlare di sesso e amore anche dopo i sessant'anni?

«Un profondo cambiamento comincia già ad avvenire verso i 50 anni, rivedi la vita in modo diverso. Se hai veramente odiato una persona, queste ferite profonde restano, ma le tue esperienze amorose le vedi più da lontano e riesci a vederne anche gli aspetti positivi. La tua vita, per dirla con García Márquez, è come una casa con tante stanze: quella del primo bacio, del primo rapporto. E tu ritrovi i sentimenti di allora, a volte provando nostalgia. Durante la giovinezza, l'amore e la sessualità sono come una grande corsa, ma quando si invecchia c'è il gusto di soffermarsi, di gustare il piacere. Sono soprattutto le donne a fare questo e molte di loro mi hanno raccontato che le più grandi estasi sessuali le hanno avute in età avanzata. Dopo i sessant'anni c'è un erotismo più intenso, soprattutto dal punto di vista qualitativo.»



La copertina dell'ultimo libro di Francesco Alberoni. Sotto: l'autore del libro con la moglie Rosa Giannetta



“

Il matrimonio richiede buon senso, senza dimenticare che l'amore è libertà: il tuo compagno lo devi conquistare tutti i giorni

”

Come mantenere vivo il rapporto?

«La fase dell'incandescenza non può durare. Ma sarebbe sbagliato sottovalutare l'appassionata e serena complicità: ci si può reinnamorare tante volte della stessa persona. C'è nel matrimonio, nell'istituzione, qualcosa di profondo e una intimità che nessun'altra relazione può dare, il riconoscimento del fatto che la persona con cui vivo è l'unica di cui mi posso fidare. Ma per mantenere vivo il rapporto entrambi devono curarsi, avere amore per il cibo e per il corpo, essere gradevoli per se stessi e per gli altri. Quando un uomo o una donna si trascura vuol dire che non ha interesse per il partner. È importante evitare la sciatteria dove è possibile, anche se c'è povertà. Occorre anche saper trattare l'altro. Non parlo del manuale del seduttore, ma della delicatezza, del rispetto della persona».

Perché il matrimonio dura meno?

«Il matrimonio fa fatica a durare tanto perché la vita si è allungata enormemente. Pensi che la vita media della donna è oggi 82 anni e quella dell'uomo 79. Anche un amore appassionato, con figli, perde di intensità perché abbiamo nuove esperienze, nuovi desideri. Certo, vi sono persone che hanno un solo grande amore senza tradimenti per tutta la vita, ma diventa sempre più raro. I giovani cambiano molti fidanzati, e ormai sono frequenti i matrimoni successivi. A volte il matrimonio dura più a lungo quando c'è un amante nel mezzo. In ogni caso il matrimonio richiede sempre buon senso e prudenza, senza mai dimenticare che l'amore è libertà: se vuoi avere il tuo compagno, lo devi conquistare tutti i giorni».

Esistono segni che fanno capire che il matrimonio è diventato "a rischio"?

«L'amore finisce quando la vita quotidiana a due appare irrimediabilmente piatta, già vista. Quando si litiga e ci si insulta, quando alla donna dà fastidio l'odore del marito. La donna ha un olfatto molto più sviluppato rispetto all'uomo. Nel maschio l'insoddisfazione è essenzialmente erotica, nella donna conta di più il sentimento. È in questa situazione che ricorrenze, compleanni, occasioni speciali legate a ricordi perdono ogni senso. Accade quello che Emile Durkheim osservava nella storia delle religioni: le grandi celebrazioni servono a far rivivere lo stesso entusiasmo originario. Quando non ci riescono,

la società ha perso le radici, comincia a essere pronta per un cambiamento. Così in amore. Arrivati a questa soglia di intolleranza, per salvare il rapporto occorre perlomeno andare da uno psicologo».

Uomo e donna amano in modo diverso?

«La differenza è grandissima, soprattutto quando sono giovani. L'uomo tende a disseminare il suo seme nel numero maggiore di donne e la donna cerca l'uomo che emerge sugli altri, il più ricco, il più bello, insomma che abbia qualcosa in più. Questo del resto è il mezzo con cui la natura ha prodotto l'evoluzione della specie. L'uomo è suscettibile a tutti gli stimoli erotici, cerca la donna attraente, ma non guarda la bellezza nel suo intero, osserva il particolare, le labbra, gli occhi, i seni, il modo in cui una donna accavalla le gambe. La donna, invece, vede la bellezza nella sua interezza. Quando uomini e donne, anche omosessuali, sono davvero innamorati sono identici, non ci sono più differenze, i meccanismi sono gli stessi, in tutte le culture e a tutte le età. Persino le parole tendono a essere le stesse».

L'amore è una costante dell'animo umano: come evolverà nel futuro?

«Il ruolo dell'amore è molto importante. Non è il sentimento a essere in crisi, ma il processo che si rivela più tormentato. La nostra vita è un continuo esplorare, ora più sollecitato di un tempo. Vi sono poi differenze maggiori nei processi di vita. Adesso prevale la sessualità precoce. Gli adolescenti accedono alla pornografia mediante internet, a disposizione di tutti. Trovo ipocrita pensare alla fascia protetta in Tv, quando c'è la Rete. E questa sessualità impersonale, priva di amore e violenta, avrà un'influenza per ora non calcolabile. Un esempio è l'ultimo libro di Melissa P., *Cento colpi di spazzola*, un prodotto della pornografia dove prima si conosce la sessualità violenta piuttosto che quella legata al cuore. Sono proprio cambiati i tipi di rapporti sessuali: bisessuali e promiscui, non si capisce dove inizia il maschio e dove la femmina, c'è uno scambio di ruoli. Ma l'amore è individuale, non è promiscuo. Il tempo del grande amore viene rapidamente mescolato col sesso e il percorso che devono fare le nuove generazioni per trovarlo è per questo molto più difficile». ■