





IN COLLABORAZIONE CON AIDM 

AREA MEDICI 

benessere donna

informazioni e consigli per la tua salute

HOME PAGE  Salute al femminile



Età fertile/gravidanza

Se l'orgasmo resta ancora un tabù

Molte donne si sentono incomplete, quasi "donne a metà", se raggiungono l'orgasmo solo con la stimolazione del clitoride, e non provano praticamente nulla, invece, con la penetrazione. Eppure per la maggioranza di loro confessarlo non è facile. Ne parliamo con il **dottor Marco Rossi, presidente della Società Italiana di Sessuologia ed Educazione Sessuale e responsabile dell'area di Sessuologia della Società Italiana di Medicina Psicosomatica (SIMP):** "La sessualità femminile, ben più di quella maschile, resta in gran parte un mistero. Sarà perché nelle donne gli organi genitali sono meno visibili di quelli maschili, dato che sono in gran parte all'interno del corpo, ma la sessualità femminile appare in alcuni suoi aspetti enigmatica, inafferrabile e contraddittoria.

Si pensa che l'orgasmo sia il momento del piacere sessuale che coinvolge unicamente i genitali, e di questa "falsità" eravamo colpevoli anche noi sessuologi, in quanto in **passato insistevamo** nel distinguere fra orgasmo vaginale e orgasmo clitorideo. Oltre a tale differenziazione **tendevamo** anche ad attribuire erroneamente al clitoride un ruolo inferiore per importanza e qualità rispetto all'orgasmo vaginale".

Ecco spiegato un primo motivo per cui tantissime donne vivono un enorme disagio unito a una sorta di senso di inferiorità, tanto che per molte di loro quest'esperienza si trasforma in una fonte di grande sconcerto, poiché l'incapacità di raggiungere l'uno o l'altro tipo di orgasmo è spesso considerata erroneamente una prova di inadeguatezza, dalla quale deriva tristezza, angoscia depressiva, stizza e senso di colpa.

"Di conseguenza - rivela il dottor Rossi, molte mie pazienti preferiscono scrivermi le loro angosce (www.marcorossi.tv), piuttosto che parlarne a voce. Pertanto, è importante sapere che **l'orgasmo è soprattutto un evento del cervello, che è la nostra principale zona erogena, e quindi non va assolutamente pensato come un evento "prodotto" solo dai genitali.**

L'orgasmo deve essere un piacere appagante e totale per il corpo e per la mente, ed è per questa sua **totalità** che in alcuni casi può fare paura, in quanto il cervello ne è così interamente coinvolto da subire uno "scollegamento", e quindi una breve alterazione dello stato di coscienza. Ma, indipendentemente dal tipo d'orgasmo, che come ho detto è **unico e parte del cervello**, spesso molte donne, sentendo salire l'intensità dell'eccitamento, si "frenano e bloccano".

L'orgasmo dipende dalla capacità di "lasciarsi andare", di "abbandonarsi". Ma stanchezza, ansietà, tensione (solo per citarne alcuni) sono fattori che rendono difficile tale possibilità. Talvolta, pur avendo bisogno della distensione fisica ed emotiva che deriva da un atto d'amore, uno o alcuni di questi fattori impediscono di raggiungere l'orgasmo.

Le ragioni di questi freni sono molto spesso da ricercare in un'educazione rigida

- Pubertà
- Età fertile/gravidanza
- La contraccezione
- Sessualità e olfatto
- Se parlare di orgasmo resta ancora un tabù
- La chimica del desiderio
- Quando il corpo blocca la strada al desiderio
- Le malattie a trasmissione sessuale
- Fertilità, un dono da proteggere
- Fertilità e infertilità
- Menopausa
- Disturbi e patologie

e repressiva in ambito sessuale. Tuttavia, il disturbo dell'orgasmo è quasi sempre dipendente da questioni di natura psicologica, o relative a quelle che nascono nella coppia, per cui si consiglia alle donne anorgasmiche, per ottenere il massimo piacere dalle esperienze sessuali, di abbandonare quanto più possibile il controllo e l'autocontrollo, e invece lasciare regnare liberamente le sensazioni erotiche.

Insomma: durante l'atto sessuale non pensare né ai clitoride né ai propri genitali o alla penetrazione, bensì concentrarsi sulle sensazioni che si stanno vivendo, vivere nel "qui e ora", e non pensare ad altro se non al piacere che si riesce a provare.

Minnie Luongo

[▲ Top](#)

SAUGELLA

babygella

FitoThym


FitoThym

 ArmoLIPID

REALIZZATO GRAZIE AL CONTRIBUTO DI  ROTTAPHARM

M