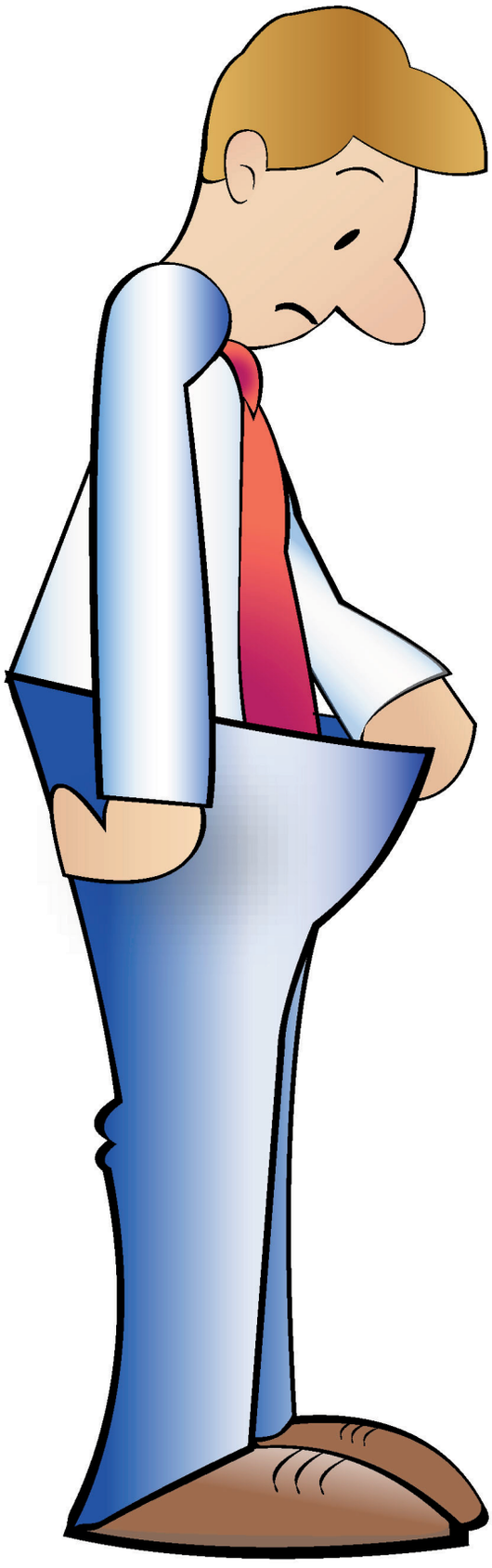
"Pronto, parlo con il Dott. Viagra?"

di Antonio Dessì
Psicologo iscritto all'Ordine degli Psicologi della Sardegna, sessuologo clinico e psicoterapeuta in formazione.



Le problematiche legate alla sessualità sono sempre esistite. In realtà sino a qualche tempo fa le persone preferivano non parlare con uno specialista dei propri disagi sotto le lenzuola. Sin da quando ho iniziato la mia attività professionale, le persone mi hanno spesso riferito la loro difficoltà a trovare uno specialista che si occupasse di sessualità, ed in effetti a Cagliari sono stato uno tra i primi sessuologi operativi, considerato anche il numero di colleghi provenienti da scuole di formazione quadriennale in terapia sessuale, ed esclusi quelli che si sono formati in giornate di studio in sessuologia o master annuali. Attualmente a livello europeo viene riconosciuto sessuologo chi aderisce alla Federazione Italiana di Sessuologia Scientifica e chi proviene da una delle quattro scuole di formazione quadriennale. Tutti gli altri sono consulenti in tematiche sessuologiche. Questa confusione di figure professionali che operano nell'ambito della sessualità alimenta confusione, in primo luogo per la pressante richiesta da parte dei pazienti ed in secondo luogo per la confusione che le persone hanno rispetto le loro problematiche sessuali.

Una prima difficoltà che si incontra con le persone che soffrono di un disagio sessuale è quello di fornire una cornice operativa su cui muoversi. Spesso i pazienti sono molto ansiosi, e in maniera molto più forte rispetto ad altre problematiche psicologiche portano l'urgenza di risolvere subito il loro disagio. Da qui nascono tante soluzioni psico-viagra.

"Pronto, lei è il dottor Viagra? avrei bisogno di un appuntamento con lei, possibilmente stasera, perché sabato ho un incontro con una ragazza e non mi si alza proprio."

Questo è solo un esempio di tanti. Ciò che spesso succede, è che da qualche parte questa richiesta viene accolta, per tutta una serie di motivi e per i quali non mi dilungo. Ciò che noto è che le persone stanno apprendendo che le problematiche sessuali sono difficoltà che possono essere superate con "consigli", pasticche e psico-viagra. Spesso sono pazienti che non sono molto propensi e motivati ad intraprendere un percorso di tipo psicologico per il loro problema sessuale. Così, tanti dottori psico-viagra accettano queste richieste facendo sicuramente un danno, ovvero quello di alimentare una sfiducia verso la categoria degli psicologi, fallendo nel processo di cura della disfunzione, o nella peggiore delle ipotesi, ritrovandosi dopo poche sedute davanti ad un abbandono da parte del paziente.

E' un errore quando si parla di disfunzioni sessuali e del loro trattamento in medicina di base, senza aver minimamente parlato dell'integrazione di questa diagnosi e cura con lo psicologo e tantomeno con un sessuologo clinico. Ciò che spesso accade nella realtà clinica è che, a seguito di continui fallimenti terapeutici da parte della terapia farmacologica, questi pazienti, vengano mandati come ultima spiaggia dallo psicologo.

Ovviamente questa non è una buona strategia terapeutica, perché lo psicologo/sessuologo dev'essere previsto sin dalle prima fasi di contatto del paziente e la discussione sul progetto terapeutico dovrebbe essere integrato. L'efficacia di un approccio integrato è ormai largamente dimostrato in letteratura sessuologica.

Ultimamente vanno molto di moda i protocolli per le disfunzioni sessuali, lo psico-viagra, ma in realtà, non essendo le persone dei PC, hanno certamente bisogno di approcci personalizzati e cuciti addosso, caso per caso, perché c'è chi risolve per esempio una disfunzione erettile in pochi incontri, chi ha bisogno di più tempo, anche un anno e mezzo. Il protocollo è un equivalente della pubblicità per il Viagra. In questo senso il rischio della sessuologia clinica è quello del divenire troppo "commerciale" se si pensa a questo e alle campagne pubblicitarie che sono state fatte.

L'eiaculazione precoce è una condizione medica. Sicuramente nell'eiaculazione precoce ci possono essere delle possibilità legate alla presenza di problematiche mediche, ma non tutti i casi lo sono, e spesso questa può essere risolta con una buona psicoterapia e terapia sessuale. Perché lo spot non ha parlato di cause psicologiche, mediche e relazionali?
Essendo una condizione medica, le soluzioni esistono. Così dice lo spot. Cosa potrebbero essere? Farmaci? Spesso gli uomini soffrono di disfunzioni sessuali di natura psicogena e relazionale. Cosa verrà detto a questi? E' molto frequente che nonostante la presenza di una disfunzione su base psicogena, l'ansia del paziente venga mal gestita dal medico, che per "dargli una pacca sulle spalle", e liberarsi del peso, gli prescrive il farmaco: una perfetta bacchetta magica. Questo ha una ricaduta specie se il paziente ha contattato, come spesso capita, anche uno psicologo. L'effetto sarà quello di abbandonare la terapia psicologica, specie se il medico non prende contatto con lo psicologo, a favore di un immediato risultato per una terapia medica. Due sessioni di sesso riuscite bastano per portare il paziente a questa decisione e sollevare l'animo del medico. Questo fa si che il paziente per un po' usufruisca del vantaggio del farmaco, ma quando poi se ne vuole liberare e non "medicalizzare più la sua sessualità", risprofonda nel sintomo non risolto.

Potrete raggiungere il benessere di coppia. Lo spot dice questo. La domanda che pongo è questa: il benessere di coppia è solo quello sessuale? E a letto, quante cose "non dette" della coppia si portano?
Il discorso è che spesso, eliminando in maniera medica il sintomo, non si affrontano le tematiche che stanno sotto. In definitiva si riabilita un pene, ma non si aiuta la persona ad integrare e comprendere la complessità del problema che porta.In questo senso esistono anche i riabilitatori di peni, ma non si chiamano sessuologi.

L'intervento sessuologico è sempre inserito all'interno di un progetto terapeutico più complesso. Spesso si sperimenta un problema sessuale ma dal punto di vista operativo questo significa aprirsi a più possibilità di intervento, ed abbandonare l'ansia che il paziente ha per la riabilitazione del proprio pene in tempi brevissimi. La sessuologia clinica è spesso vista come "pillola psicologica", ma è bene già da qui pensare che ci si confronterà con un intervento di tipo psicologico a tutti gli effetti, e per questo è bene che sia sin dall'inizio disposto a farlo.

"Pronto, parlo con il Dott. Viagra?"

...Casi come il tuo ne ho visti 1000
...Ti ricevo subito, anche tra un'ora
...Vedrai che stasera andrai forte
...Se ti viene l'ansia mandami un sms

Il trattamento delle difficoltà sessuali nasce nel lontano passato come tecnica comportamentale autonoma (un prototipo degli attuali "protocolli"), sebbene nel tempo si sia arricchita degli apporti di vari orientamenti delle scienze psicologiche, e nelle ultime speculazioni attraverso approcci integrati medico-psicologici, perché la problematica sessuale è un processo psico-somatico e somato-psichico.
Lo scopo è sicuramente il depotenziamento del sintomo e il mantenimento del risultato raggiunto.Così come in una dieta per mantenere il peso raggiunto non sarà sufficiente ingerire le quantità di cibo prescritte, ma sarà necessario modificare le abitudini alimentari e di vita, allo stesso modo affinché la risoluzione di un sintomo sessuale sia stabile, sarà necessario cambiare i comportamenti, le emozioni, le convinzioni sulla sessualità, e certamente l'interazione di coppia. Ogni coppia è diversa da un'altra e la strategia di intervento sarà diversa per ogni caso. A volte un problema sessuale parla di un problema di coppia, e certamente se si riabilita un pene questo benessere di coppia tanto auspicato verrà meno.

I grissini nella dieta:

i sostituti del pane per eccellenza conquistano la tavola e un ruolo da protagonisti

informazione pubblicitaria

Il grissino è presente sulle tavole di molti, a pranzo e a cena, e sta piano piano sostituendo il consumo giornaliero di pane.
Questo perché si ha la tendenza a considerarlo un elemento più magro e leggero.
Sebbene, in realtà, a parità di peso il pane abbia meno calorie dei grissini, questi prodotti da forno a lunga conservazione non devono necessariamente essere demonizzati e banditi dalla dieta.
La loro consistenza, friabile e fragrante, priva di mollica, li rende più digeribili del pane, e la loro porzionabilità, consente una più facile misurazione delle calorie.

L'importate è valutare con attenzione gli ingredienti e il loro apporto calorico.

Protiplus, la nuova dieta proteica di N&S, ha arricchito la sua ampia gamma di prodotti salati con una sorprendente novità: i **Grissini al Rosmarino**.

ProtiPlus Grissini al Rosmarino
Fragranti e friabili, i Grissini al Rosmarino di ProtiPlus sono un'ottima alternativa al pane, da gustare nei weekend, secondo lo schema 3.2.2 di ProtiPlus.
Oppure, come snack salati per una croccante pausa mattutina o pomeridiana.

Una confezione di Grissini al Rosmarino contiene **5 pratiche porzioni da 20 gr**, per avere sempre a portata di mano uno snack fresco e fragrante.
I Grissini al Rosmarino contengono il **40% di energia** in proteine, sono **ricchi di fibre**, con solo 88 kcal per porzione

Consigli d'uso
Puoi gustare i grissini al rosmarino

ProtiPlus come snack salato al mattino o al pomeriggio. In alternativa utilizzali come sostituto del pane durante il weekend.

www.protiplus.com
info.protiplus@nutritionetsante.com
Numero Verde 800 – 018124