

Contenuti

Problemi sessuali.....	1
Disturbi sessuali.....	2
Depressione sessuale, sintomi più comuni.....	2
Devianze sessuali - sessualità - perversioni sessuali.....	3
Dipendenza sessuale - ipersessualità - disturbi sessuali.....	3
Disturbi del desiderio sessuale.....	3
Disturbi sessuali femminili.....	4
Disturbi sessuali maschili.....	4
Problemi di coppia sessuali, come affrontarli.....	5
Anoressia sessuale, problemi della sessualità.....	5
Apatia sessuale, significato nella sessualità.....	6
Problemi sessuali femminili, difficoltà nella sessualità.....	6
Anoressia sessualità - problemi femminili sessualità - anoressia sessuale.....	6
Bulimia sessuale, sintomi di uno dei problemi femminili.....	7
Problemi sessuali maschili - difficoltà maschile sessualità.....	7
Eiaculazione precoce, problemi dell'eccitazione.....	8
Impotenza - disfunzione sessuale umana.....	8
Impotenza sessuale - sintomi impotenza sessuale - disfunzione impotenza.....	9

Problemi sessuali

Tanti sono i problemi sessuali esistenti tra i giovani. L'importante è saperli riconoscere, affrontare e gestire nella propria sessualità.

Esistono quelli legati al desiderio sessuale: qualcuno può infatti soffrire di un calo e altri addirittura della mancanza.

Ci sono quelli connessi all'eccitazione sessuale: frigidità e impotenza sono i nomi di tali disturbi, rispettivamente di quello femminile e di quello maschile (legato all'erezione).

Altri problemi sessuali sono quelli dell'orgasmo: anche qui, quello che colpisce la donna si chiama anorgasmia, mentre all'uomo può capitare di avere un'eiaculazione ritardata o, al contrario, precoce.

Infine, ci sono alcuni disturbi sessuali associati al dolore, come la dispareunia (possono soffrirne sia lui che lei) e il vaginismo (lei).

Se, leggendo questo articolo, vi siete resi conto di poter essere soggetti a uno di questi problemi, non entrate nel panico! Parlatene con il vostro medico o ginecologa e affrontate la cosa con serenità. Spesso si tratta esclusivamente di problemi collegati a stress, dovuto a motivi non necessariamente di sesso, o ad ansia da prestazione.

Disturbi sessuali

Parlando di sessualità, esiste un ciclo della nostra reattività erotica che si compone di quattro fasi diverse: il desiderio, l'eccitazione, l'orgasmo e la risoluzione. I disturbi sessuali possono verificarsi in ciascuno di questi momenti.

I disturbi legati al primo step sono il calo o la mancanza di desideri (avversione sessuale) e potrebbero soffrirne sia uomini che donne.

Il disturbo più comune connesso all'eccitamento è quello dell'erezione (impotenza) per l'uomo, mentre per la donna si manifesta con l'assenza di lubrificazione.

Per quanto riguarda lo stadio degli orgasmi, il maschio può soffrire di eiaculazione precoce o ritardata. Disturbi femminili sono, invece, l'anorgasmia o frigidità (impossibilità, cioè, di raggiungere l'acme del piacere).

Esistono, infine, problemi collegati al dolore: questi sono la dispareunia (sia maschile che femminile), che consiste in un coito doloroso, solitamente dovuto a cause organiche; e il vaginismo (esclusivamente per le femmine), che è un'involontaria contrazione della vagina che impedisce la penetrazione.

E' possibile che ognuno di questi problemi associati alla sessualità siano congeniti o acquisiti e che si manifestino sempre oppure solo in alcune occasioni.

Depressione sessuale, sintomi più comuni

Il termine depressione sessuale indica uno stato di depressione legato alla sfera della sessualità.

L'origine dei disturbi sessuali è spesso connessa ad alterazioni emotive, come ansia, stress o depressione appunto.

Questi stati psicologici ed emotivi hanno diversi effetti sulla sessualità, comportando prima di tutto un calo improvviso o graduale del desiderio erotico. Di conseguenza, facendo l'amore, il piacere e la passione che dovrebbero normalmente accompagnare il rapporto, tendono a scomparire.

Le persone affette dalla depressione sessuale sono solitamente passive e non prendono iniziative. Contemporaneamente, però, continueranno a fare sesso con il compagno senza dire di no, "subendo" l'incontro sessuale ma non traendone soddisfazione.

Che le cause della depressione siano legate a problemi di coppia o sessuali, o dipendano da fattori esterni, parlatene con il vostro o la vostra partner. Comunicazione, fiducia e rispetto sono essenziali per risolvere tali disturbi. Esprimete i vostri sentimenti e le vostre necessità e se necessario consultate un sessuologo.

Devianze sessuali - sessualità - perversioni sessuali

Devianze sessuali e perversioni sono comportamenti e impulsi relativi alla sfera della sessualità indispensabili all'eccitazione, che si discostano da quelli normali e possono produrre sofferenza o umiliazione di se stessi o dell'altro.

Vi elencheremo le devianze più diffuse, ma esistono tantissime altre forme di perversioni sessuali.

Probabilmente avrete sentito parlare di masochismo o sadismo: ecco, queste sono due possibili manifestazioni di devianza.

Con il primo termine ci si riferisce al bisogno, per il soggetto deviato, di essere umiliato, percosso o legato per eccitarsi; nella seconda situazione, al contrario, la persona si eccita umiliando, percuotendo o legando il partner.

Il feticismo indica una passione morbosa per cose inanimate, come capi d'abbigliamento o parti del corpo.

L'esibizionismo è connesso al mostrarsi nudo o durante la masturbazione, mentre il voyerismo è associato alla perversione di guardare qualcuno intento a masturbarsi o in un rapporto sessuale.

Alcune devianze costituiscono dei veri e propri reati perseguiti dalla legge, come ad esempio la pedofilia.

Dipendenza sessuale - ipersessualità - disturbi sessuali

L'ipersessualità, o dipendenza sessuale, costituisce un disturbo psicologico e comportamentale legato alla sessualità, nel quale la persona sperimenta un bisogno patologico di avere rapporti erotici o comunque di pensare al sesso.

Probabilmente avrete già sentito parlare di ninfomania: è un tipo di ipersessualità.

Questo problema comporta il costante desiderio di rapporti sessuali, portando il soggetto a non preoccuparsi né del luogo in cui trova, né del momento, né della possibile gente intorno a sé. Potrebbe, infatti, essere associato a disturbi sessuali come l'esibizionismo e il voyerismo.

Le conseguenze legate alla dipendenza sessuale sono varie ma non riscontrate in tutti i soggetti: alcune di queste sono stress, ansia, depressione e deterioramento delle relazioni affettive.

Tale tipologia di devianza va necessariamente curata a livello psicoterapico, con l'aiuto di uno psicoterapeuta, col fine di restituire alle persone soggette una sana relazione con l'eros.

Disturbi del desiderio sessuale

I disturbi del desiderio sessuale sono due:

desiderio ipoattivo: comporta un calo o la mancanza delle fantasie sessuali. Anche se ovviamente il soggetto non ha alcuna voglia di iniziare l'attività sessuale, all'atto pratico riesce a fare sesso.

Questi disturbi possono colpire indistintamente uomini e donne e classificarsi come generalizzati (ciò vuol dire che l'assenza di desiderio è invariabilmente legata al partner), occasionali (quando, al contrario, la scarsa eccitazione si presenta con una sola persona o solo in alcune situazioni) o permanenti.

avversione sessuale: implica l'evitare attivamente il contatto sessuale. Ogni volta ci si trovi di fronte alla possibilità di avere rapporti, si prova ansia, timore o disgusto. La repulsione può essere associata a qualcosa di specifico, come le secrezioni di sperma, o può coinvolgere il rapporto completo. Questa paura per pratiche sessuali spesso può ricondursi a alcuni traumi passati (come uno stupro), ad atteggiamenti genitoriali o a condizionamenti sociali.

Un trattamento psicologico è necessario per curare tali disturbi del desiderio.

Disturbi sessuali femminili

I problemi legati alla libido sono il disturbo del desiderio ipoattivo, che comporta una presenza insufficiente o nulla delle fantasie erotiche, e quello dell'avversione sessuale, che implica una repulsione nei confronti dell'atto erotico, in uno o in tutti i suoi aspetti.

Il problema legato al momento dell'eccitazione è caratterizzato dall'incapacità o difficoltà di raggiungere o mantenere eccitamento in risposta a stimoli idonei.

L'anorgasmia, più comunemente chiamata frigidità è invece legata allo stadio dell'orgasmo e all'impossibilità di raggiungerlo.

Esistono infine i disturbi associati al dolore: la donna può soffrire di dispareunia e di vaginismo, dove il primo è associato alla zona delle pelvi mentre il secondo si manifesta come una contrazione involontaria della vagina che non permette la penetrazione.

Disturbi sessuali maschili

Forse sarà capitato a voi o a qualcuno dei vostri amici, di raggiungere l'orgasmo troppo presto, o prima della penetrazione.

Questo problema è chiamato eiaculazione precoce ed è uno dei disturbi sessuali maschili maggiormente diffusi.

Consiste proprio nel raggiungimento dell'acme del piacere a seguito solo di una minima stimolazione. Fortunatamente esiste una soluzione: i preservativi ritardanti! Grazie a un lubrificante, presente nel lattice dei profilattici, capace di desensibilizzare il pene, potrete stare più tranquilli e vivere il rapporto con soddisfazione.

Disturbi dagli effetti esattamente opposti sono quelli che portano gli uomini a eiaculare in modo ritardato o dopo molto tempo. Anche per questo disturbo c'è un profilattico che può aiutarvi, quello stimolante! Le zigrinature sulla superficie contribuiranno al godimento.

Questi sono i problemi sessuali indubbiamente più comuni, ma ne esistono di molti altri, tra i quali l'impotenza, connessa a difficoltà di erezione, disturbi legati alla diminuzione o all'assenza di eccitazione.

Problemi di coppia sessuali, come affrontarli

Ogni coppia sperimenta problemi sessuali nel corso della relazione.

Può capitare che l'uomo presenti difficoltà di erezione o eiaculazione precoce. O che la donna abbia difficoltà a raggiungere l'orgasmo.

Spesso però il problema non risiede tanto nei disturbi sessuali veri e propri, ma nel modo in cui si affrontano e si gestiscono. Parlarne e ammettere che ci sono è difficile e capita di convivere per mesi quasi senza accorgersene.

Comunicarsi i problemi di coppia, ipotizzarne le cause è fondamentale.

Se uno dei due attraversa un calo della libido, potrebbe trattarsi solo di un periodo di stanca dovuto all'abitudine sessuale: inventarsi giochi eccitanti o alimentare il corteggiamento potrebbero riaccendere la passione.

Se le motivazioni sono costituite da preoccupazioni indipendenti dal sesso, sarebbe bene dividerle con il partner per evitare che pensi dipenda da lui/lei!

Se invece i problemi di coppia riguardano la velocità nell'eiaculare di lui, è importante che lei non assuma atteggiamenti insofferenti. La comprensione farà sentire il compagno più tranquillo. Tante volte si tratta solo di disturbi legati a ansie o frustrazione. Continuate a cercare di fare l'amore e sperimentate nuove forme di effusioni che non riguardino necessariamente la penetrazione.

Anoressia sessuale, problemi della sessualità

L'anoressia sessuale, è uno dei problemi della sessualità sia maschile che femminile. È una patologia che porta ad evitare ossessivamente tutto ciò che ha a che fare con il sesso. L'anoressia può risultare permanente e costante, oppure presentarsi solo con determinati compagni e in determinate situazioni.

Nelle "coppie" il disturbo è sicuramente più grave. Questo rifiuto per l'atto sessuale, genera una vera e propria perdita dell'intimità che finisce col dar luogo ad una crisi profonda e a generare rancori tra i due partner.

Le cause, molto spesso, sono esclusivamente psicologiche o relative ad un periodo di forte stress e stanchezza. A volte possono influire anche alcune malattie o l'assunzione di farmaci specifici, ma avviene in percentuale minore.

Ma non vi preoccupate, ragazze e ragazzi, esiste una cura! Si tratta semplicemente di qualche seduta dallo psicologo, che vi aiuterà a conoscere meglio voi stessi e questa particolare disfunzione. Ricordatevi di parlarne sempre, qualora ci fosse qualcosa che non va e rivolgetevi ad un medico se il disagio persiste. Le cure più giuste sarà lui a darvele.

Apatia sessuale, significato nella sessualità

L'apatia sessuale è un disturbo fisico e psichico legato alla sessualità e, come significato, presenta una progressiva diminuzione della ricerca di rapporti sessuali.

Si parla di "apatia" soprattutto nei ragazzi, mentre per le ragazze, ci si riferisce ad un "calo del desiderio". Entrambi i disturbi hanno, però, lo stesso significato e quindi presentano sintomi, cause e cure simili. Esistono diverse forme. Se è permanente, la persona ha sempre avuto una scarsa libido, invece nella forma situazionale o generalizzata, dipende dal variare delle situazioni o dei partner.

Parlarne è il primo passo! La causa è spesso psicologica e, trattandosi di un problema comune, discuterne con lui/lei, potrà aiutarvi a conoscervi meglio e a capire insieme di cosa si tratta. Tenete sotto controllo lo stress e la stanchezza, anche quelli possono influire. State lontani dall'alcool e dalla droga, dal loro abuso dipendono molti di questi problemi.

Il disagio, tende a manifestarsi sugli adulti, ma ci sono episodi anche tra gli adolescenti. Se ne riscontrate i segni, rivolgetevi sempre ad un medico e discutete con lui la terapia.

Problemi sessuali femminili, difficoltà nella sessualità

I problemi sessuali femminili causano diverse difficoltà nella sessualità e dipendono da molti fattori.

Una ragazza può presentare disturbi del calo del desiderio fino ad arrivare ad una totale repulsione del contatto fisico. Vi sono poi episodi di difficoltà nel raggiungimento e nel mantenimento dell'eccitazione per tutto l'atto, e complicazioni nel raggiungere o ottenere l'orgasmo.

Alcune ragazze soffrono di dolore agli organi genitali e contrazioni involontarie dei muscoli vaginali. Questi spesso rendono impossibile la penetrazione.

Non spaventatevi, però! Nella maggior parte dei casi si tratta solo di poca esperienza, una cosa normale quando si è alle prime armi. Solitamente la causa principale è un disagio psicologico o un periodo di forte stress. Talvolta possono prendersi in considerazione cause più gravi quali malattie già esistenti, assunzione di farmaci, traumi e depressione.

Se il problema non dovesse risolversi, consultate sempre un medico e affidatevi a lui per trovare la cura adatta. Potrà indirizzarvi da uno psicologo o da uno specialista, oppure prescrivervi dei medicinali.

Anoressia sessualità - problemi femminili sessualità - anoressia sessuale

L'anoressia della sessualità è uno dei problemi femminili legati al sesso.

Chi ne soffre, manca non solo del desiderio sessuale, ma anche degli stimoli fisici ad esso collegati. Può presentarsi sempre, solo con determinati partner o in alcune particolari situazioni.

Si manifesta con timore, disgusto, avversione e conseguente rifiuto dell'atto sessuale. Successivamente, la ragazza, arriva a non tollerare nemmeno il contatto fisico che possa implicare un rapporto, come ad esempio baci e/o carezze.

Questo può portare ad una situazione di inquietudine e mancanza di piacere da un lato e sofferenza psicologica estrema dall'altro.

Per la maggior parte delle ragazze, si tratta semplicemente di un disagio psicologico o di un periodo di forte stress e stanchezza, quindi state tranquille! Parlatene con il vostro compagno e cercate di fargli capire il problema, vi aiuterà a conoscervi e potrete affrontarlo insieme.

Non abbiate paura di rivolgervi ad un medico se il disturbo persiste. Sarà lui a consigliarvi una terapia, indirizzandovi da uno psicologo o prescrivendovi dei farmaci.

Bulimia sessuale, sintomi di uno dei problemi femminili

Un altro dei problemi femminili della sessualità è chiamato bulimia sessuale. I suoi sintomi sono paragonabili a quelli del disturbo alimentare, con l'unica differenza che riguardano il sesso.

Si tratta di una patologia vera e propria e si presenta come una continua ricerca di rapporti sessuali con l'intento di placare un'angoscia psichica, che si è incapaci di affrontare.

Come con il cibo, ci si abbuffa di relazioni sessuali, senza trarne appagamento e ricercandone sempre in numero maggiore.

Nelle adolescenti, la causa principale sembra essere psicologica. Deriva spesso da un senso di competizione con le coetanee o da ripetute delusioni amorose. Non abbattetevi! Il ragazzo giusto arriverà anche per voi. Provarli tutti non è sempre la soluzione, e non date ascolto alle vostre compagne più "navigate", fate sempre e solo quello che vi sentite.

Ricordate che più sono i partner, più sono le possibilità di contrarre una malattia venerea. Se non usate un contraccettivo, attente alle gravidanze indesiderate.

Consultate sempre il medico se il disagio persiste, vi consiglierà la cura più adatta e, se necessario, vi indirizzerà da uno specialista.

Problemi sessuali maschili - difficoltà maschile sessualità

Possono essere diversi fattori a creare complicazioni nei rapporti intimi dell'uomo.

Un ragazzo, può presentare difficoltà con l'erezione (disfunzione erettile), raggiungendola correttamente solo in alcune situazioni e con determinate compagne. Se questa condizione persiste, si può parlare di impotenza.

Un altro problema frequente è relativo all'orgasmo. Si dice eiaculazione precoce, quando essa interviene in modo prematuro, e ritardata se avviene in ritardo. La percentuale di ragazzi che ne soffre è alta, anche tra i più giovani.

Ma non spaventatevi! Questi problemi sessuali maschili solitamente hanno solo cause psicologiche, soprattutto per chi è alle prime esperienze. Parlatene con il vostro partner e rivolgetevi ad un medico. Sarà lui a darvi la soluzione e la cura necessaria.

Ci sono casi in cui questi disagi maschili dipendono da malattie già presenti o assunzione di farmaci particolari. Potrebbe influire anche un periodo di forte stress, ma comunque, prima di allarmarsi è sempre bene consultare uno specialista. A volte basta solo un po' di terapia farmacologica o psicologica.

Eiaculazione precoce, problemi dell'eccitazione

L'eiaculazione precoce è uno dei principali problemi dell'eccitazione maschile.

Questo disturbo, consiste nella presenza di eiaculazione anche dopo uno stimolo minimo. Può avvenire prima, durante o successivamente alla penetrazione, ma si tratta sempre di un avvenimento sgradito e anticipato rispetto ai propri desideri.

L'eiaculazione precoce è molto frequentemente tra i giovani, soprattutto per chi è alle prime armi, fin dai primi rapporti. Si può presentare sempre, al variare del partner o della situazione.

Al contrario, accade che un ragazzo sia in grado di avere un rapporto completo, ma che eiaculi solo grazie ad una stimolazione manuale o orale della compagna. Altri necessitano esclusivamente di masturbazione e alcuni di sogni erotici. In questi casi si può parlare di un orgasmo ritardato.

Sono tante le cause di questi problemi. Quando si è adolescenti, però, spesso influisce la poca esperienza o forse qualche episodio un po' traumatico. Non preoccupatevi, chiedete consiglio e, se persiste, parlatene con il vostro medico. Lui sicuramente vi consiglierà una terapia psicologica o farmacologica adeguata.

Impotenza - disfunzione sessuale umana

Una disfunzione sessuale molto frequente nella specie umana è l'impotenza. Spesso si associa questo termine solo al maschio, ma in realtà è un problema comune anche alla femmina.

Si parla di "disfunzione" come un mal funzionamento di una ghiandola, di un organo o di un apparato, in questo caso specifico, di quello uro-genitale. Nella maggior parte dei casi non consente la realizzazione di una qualsiasi attività sessuale. Potrebbe dipendere da carenza di desiderio o eccitazione e da impossibilità nel raggiungimento dell'orgasmo.

Si intende con "impotenza", l'incapacità di agire o di portare a compimento qualcosa, specie un rapporto sessuale. Ai ragazzi rende impossibile ottenere o mantenere a sufficienza un'erezione. Nella ragazze, invece, impedisce di essere penetrata a causa della secchezza della zona vaginale. Si può verificare anche una problematica di "coppia", quando c'è difficoltà nel soddisfare l'altro completamente.

Tendenzialmente, questa disfunzione è derivante da un disagio psicologico. Si consiglia di consultare il proprio medico e di valutare con lui la terapia più idonea, che potrà risultare psicologica o farmacologica, a seconda della gravità.

Impotenza sessuale - sintomi impotenza sessuale - disfunzione impotenza

L'impotenza sessuale presenta tutti i sintomi di una disfunzione fisico/psicologica. Si riscontra sia nei maschi che nelle femmine, con sintomi simili.

Nella donna si parla di impossibilità di penetrazione o raggiungimento dell'orgasmo, secchezza vaginale, dolore e insensibilità durante l'atto. Nell'uomo, invece, si nota l'incapacità di avere o mantenere un'erezione, eiaculazione precoce e anestesia del pene.

Può considerarsi permanente, quando se ne ha sempre sofferto. Potrebbe anche variare a seconda del partner o della situazione. Per le ragazze le cause sono principalmente psicologiche, mentre nei ragazzi possono essere più complesse e dipendere anche da malattie o assunzione di farmaci.

Per diagnosticarla dovete consultare il medico, con il quale poi valuterete la cura corretta. Ci si può avvalere di un supporto psicologico o, al più, ricorrere a cure farmacologiche, ma fate attenzione, che siano sempre consigliate da uno specialista.

Non abbiate paura di parlarne con il vostro compagno o compagna, discuterne potrà aiutarvi a conoscervi meglio e potrete trovare insieme una soluzione.