

donne, tendono a identificare desiderio e sessualità, quindi affrontano con ansia e preoccupazione ogni fluttuazione e modifica del livello delle performance. Anche se la cosiddetta andropausa (che ha sintomi molto simili alla menopausa) arriva intorno ai 60 anni, già dopo la cinquantina i maschi spesso iniziano a cercare conferme delle loro capacità sessuali fantasticando di avere rapporti con donne più giovani. E a volte passano ai fatti. Per questo, nella coppia è un passaggio difficile: nel momento della maturità, quando l'eros tende a diventare più effusivo e lento, il desiderio maschile ha un'impennata "giovanile", il sesso diventa centrale,

perfino ossessivo. Il motivo è semplice: serve ad allontanare lo spettro della vecchiaia. Ma proprio l'allungamento della vita (che si mantiene sessualmente attiva) permette al desiderio nella coppia di rimodularsi e trovare nuove strade. In una coppia serena, armoniosa e risolta, è una stagione nuova e intensa, dove il desiderio è magari meno immediato e istintivo, ma attinge in profondità».



SOFIA VISCARDI,

youtuber

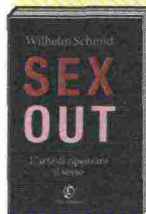
«Amo il corteggiamento»

«È vero che, grazie a Internet, è molto più semplice mettersi in contatto, ma il romanticismo esiste ancora, eccome» dice l'autrice di *Succede* (Mondadori, 16,90 euro), romanzo di formazione che racconta "da dentro" gli adolescenti di oggi. «Le giovanissime amano essere corteggiate e non sono tutte "veloci e voraci". Inoltre, una ragazza che indossa una gonna non lo fa necessariamente per essere guardata, ma spesso perché si vede bene con quell'indumento. Per quanto riguarda i maschi della mia generazione, non mi piace generalizzare ma, partendo dalla mia esperienza e dalla mia vita, posso dire che poche volte mi sono confrontata con ragazzi deboli, privi di quelle passioni che sono il motore di ogni desiderio».

UN FILOSOFO IN CAMERA DA LETTO

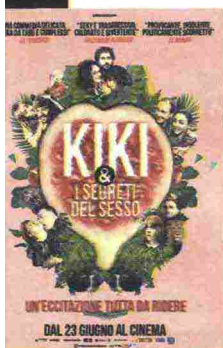
Il desiderio, spesso, cala o svanisce perché siamo sottoposti a troppe pressioni. E l'ansia di essere "all'altezza" finisce per bloccarci: è la tesi del saggio *Sex out* del filosofo Wilhelm Schmid (Fazi editore, 12 euro). Che ci indica una strada con 10 regole per ritrovare l'appetito dell'altro. Eccole.

- 1 Parità** Sentirsi sullo stesso piano nelle aspirazioni, anche sessuali, aiuta a liberare nuovi pensieri ed energie.
- 2 Empatia** È importante saper capire i linguaggi (anche corporei) del partner.
- 3 Cura di sé** Sentirsi gradevoli e desiderabili è alla base della capacità di sedurre.
- 4 Altruismo** Il desiderio profondo si coltiva imparando a fare sesso. Che significa anche dare piacere all'altro seguendo la sua natura.
- 5 Tecnica** L'istinto, da solo non basta, si esaurisce presto.
- 6 Mistero** Il sesso attinge alle nostre parti nascoste ed è nemico dell'eccessiva ingenuità.
- 7 Varietà** Trovare strade alternative per l'eros è essenziale. Anche con parole e gesti che alludono e rimandano.
- 8 Sexting** Il sesso virtuale può essere un gioco divertente, perché non ha vincoli né regole.
- 9 Amicizia** Essere in sintonia con il partner e poter parlare con lui di tutto può essere erotizzante.
- 10 Libertà** Secondo Schmid, il sesso è sopravvalutato e vissuto in maniera stereotipata. Per questo, è difficile, ma necessario, liberarsi da insidiosi cliché.



ANCHE I FARMACI AIUTANO

«Tra poco in Europa arriveranno due farmaci per il piacere femminile che contengono ormoni» dice Andrea Militello, urologo e andrologo. Ne abbiamo davvero bisogno? «In alcuni casi, sì. Occorre ricordare che molti medicinali penalizzano il desiderio: alcune terapie anticoncezionali e gli anticonvulsivanti. Poi, in menopausa, alle variazioni ormonali si aggiunge il disagio dell'incontinenza urinaria, che può inibire il desiderio».



IL CINEMA GIOCA CON GLI ECCESSI

C'è una donna con la "dacrifilia", che si eccita se vede piangere il suo partner. Un'altra impazzisce se sfiora tessuti soffici e un'altra ancora raggiunge l'orgasmo quando viene derubata. Al cinema in questi giorni, la commedia "Kiki & i segreti del sesso" di Paco León, campione d'incassi in Spagna, ricorda le pellicole di Almodovar per l'ironia, gli eccessi e la voglia di raccontarci il nostro tempo giocando con i tabù.