



Newsletter SeiTreSeiUno

sabato, 21 febbraio 2009

Carissimi lettori,

una Newsletter "ravvicinata" rispetto al ritmo consueto, a metà strada tra la precedente e l'inizio della Quaresima.

A una settimana da S. Valentino riprendiamo alcuni interventi sul tema della sessualità: argomento serio, a dispetto delle battute numerosissime!

Questi non sono certo gli interventi più profondi sul tema, ma – nello stile che ci è consueto – riportiamo ciò che sembra segnalarci un trend nel nostro contesto socio-culturale. E a comporre questo quadro contribuiscono i giornalisti stessi, con pezzi di qualità scadente.

Promettiamo qualcosa di più profondo per l'inizio della Quaresima!

Speriamo abbiate gradito i nuovi [Album di Immagini](#) sul sito: quello sulla neve a Venegono Inf. e quello sugli spiragli di luce che filtravano nella mia camera l'estate scorsa.

Buona settimana di carnevale!

don Chisciotte

Il tecnostress che fa male all'amore

Nuovo studio: l'utilizzo eccessivo di strumenti tecnologici favorisce il calo del desiderio.

Lo psichiatra: non abbiamo più tempo per il sesso

Manager rampanti alle prese con telefonini, palmari, pc e altre diavolerie hi-tech, attenzione: il tecnostress fa male all'amore. **Lo stress prodotto dall'uso eccessivo di strumenti tecnologici favorisce infatti il calo del desiderio sessuale e altera gli equilibri affettivi.** È quanto emerge dal nuovo studio condotto da Netdipendenza onlus.

La conferma che il tecnostress colpisce la vita sentimentale delle coppie info-tech arriva da un pool di psicologi e sessuologi interpellati da Enzo Di Frenna, presidente dell'associazione no-profit e autore del libro "Tecnostress in azienda". Il gruppo di ricerca, coordinato dalle psicologhe Giorgia Notari e Chiara Baietto, ha analizzato gli elementi in comune tra stress e tecnostress, individuando numerosi collegamenti: **«Multitasking, sovraccarico informativo, tempi veloci, impegni eccessivi e connessione continua inducono ansia, stanchezza, irritabilità, disturbi del sonno e, in definitiva, favoriscono il calo del desiderio e i problemi relazionali nella coppia».** Questo del tecnostress, spiega Notari, coordinatrice scientifica del progetto, «è un tema molto importante e continueremo ad approfondirlo poiché **altera uno degli aspetti fondamentali dell'equilibrio psicofisico dell'individuo tecnologico**».

Lo studio sarà pubblicato la prossima settimana su Runfortecnostress Network, il social media di info-lavoratori e professionisti hi-tech impegnati a prevenire il tecnostress, insieme ai risultati di un sondaggio che rimarrà aperto fino al 20 ottobre. Le coppie che invieranno la loro opinione potranno vincere un fine settimana rilassante sulle rive del lago di Bracciano, **recuperando i tempi lenti che nutrono il desiderio.** «L'idea di questo studio è nata dopo aver intervistato numerosi manager Ict - riferisce Di Frenna - i quali mi confessavano di **non aver tempo neppure per curare il loro rapporto di**

coppia. Se il tecnostress altera la vita sentimentale significa che siamo più vulnerabili, più fragili, e ciò si ripercuote inevitabilmente nelle performance aziendali. Una persona infelice rende di meno».

Sul tema è intervenuto anche lo psichiatra e sessuologo Willy Pasini. «Il tecnostress - conferma l'esperto - è un rischio per l'amore e il desiderio. La vita moderna ci sottopone spesso ad una accelerazione dei nostri tempi e l'urgenza può prendere il sopravvento. **Quando non c'è abbastanza tempo per nulla, l'innamoramento viene soffocato e anche il rapporto di coppia ne risente, anche sotto il profilo del desiderio sessuale.** Un recente studio ha rivelato che in Giappone gli uomini non hanno tempo per fare l'amore a causa dei troppi impegni finalizzati al guadagno. Ecco, vivere così, alla velocità delle macchine, può spegnere il desiderio e in casi gravi può addirittura favorire disfunzioni erettili e impotenza di natura psicologica».

Che una vita ipertecnologica possa alterare il rapporto di coppia è anche la convinzione di Alessandra Graziottin, sessuologa e direttore del Centro di ginecologia San Raffaele Resnati di Milano. «La vita hi-tech spesso significa accelerazione e multitasking. Dunque - dice l'esperta - chi sta molte ore al computer e su Internet fa spesso una professione tecnostressante, togliendo ore al sonno e **riducendo la vitalità personale.** In queste condizioni si possono verificare disturbi dell'erezione, riduzione dell'eccitazione vaginale, vulnerabilità all'ansia, irritabilità. E ciò può favorire i conflitti di coppia». Cosa fare, quindi, per prevenire questi rischi? «Direi che **bisogna trovare un equilibrio tra kairos, il tempo interiore, e kronos, il tempo effettivo che scandisce i tempi**», suggerisce Pasini. «È necessario ritagliarsi spazi in cui **nutrire tutti i sensi** - gli fa eco la psicologa e psicoterapeuta Renata Taddei, esperta di dipendenze digitali - soprattutto l'olfatto e il tatto, che hanno un ruolo importante nell'attivazione del desiderio».

<http://www.lastampa.it/redazione/cmsSezioni/societa/200810articoli/37191girata.asp>

Sesso e lavoro

"Mi vendo per fare carriera"

Il 18% delle studentesse italiane accetterebbe di vendere il proprio corpo per affermarsi sul lavoro

Se fossi nata ricca non lo farei. E comunque se devo selezionare a chi concedermi per fare carriera è molto meglio un anchorman come Bruno Vespa o Antonio Ricci che un top manager come Matteo Arpe o Matteo Marzotto. **Il 18 per cento delle studentesse italiane accetterebbe di vendere il proprio corpo per un avanzamento di carriera:** in tal caso **preferirebbero uomini col «potere televisivo» (18%)** a personaggi influenti del mondo della finanza (15%). Finiscono al terzo posto i professori (13%). Seguono calciatori (12%); stilisti (9%); aristocratici (6%). Precipita l'appello degli sceicchi (4%) mentre sale quello dei ricconi russi che raggiungono un 10%. Delle **540 studentesse** studiate dalla associazione «Donne e Qualità della Vita» sul tema, **il 20 per cento si dichiara indisponibile a qualsiasi compromesso.**

Il restante 62 per cento ostenta un diplomatico «non so». Ma se proprio la contrattazione dovesse virtualmente aprirsi (e qui accettano di rispondere anche le irriducibili), ecco allora che per il sogno televisivo una relazione di interesse con un personaggio televisivo come Bruno Vespa verrebbe preso in considerazione dal 54% del campione. Il miraggio della ricchezza e della vita sfarzosa fa sì che un manager come Matteo Arpe conquisti una ragazza su tre. I numerosi casi di abusi sessuali di professori su studentesse nelle città italiane ha messo in luce una questione spinosa. Che però viene confermata dai dati: **concedersi a un docente della propria università non verrebbe giudicato disdicevole da una studentessa su quattro.**

Solo 33 ragazze su cento condannano la ex concorrente del GF che ha deciso di vendere la propria verginità via internet. Per un 15% di disincantate «anche la propria integrità è un business». Motivo? Per il 22% «non lo farà mai era una strategia pubblicitaria ed è riuscita». Un 12% osserva «oggi sono gli uomini stessi a non apprezzare più il dono della verginità quindi.....» Sotto accusa anche la famiglia. Per una ragazza su sei «spesso sono i genitori ad alimentare basse aspirazioni.» Analizzando quel 18% delle ragazze che si sono dichiarate da subito pronte a venderci vengono fuori motivazioni inquietanti. Un 10% dice che **la «cripto prostituzione ormai è promossa dai mass media».** Il 24% se la prende

addirittura col destino e la propria famiglia: «se fossi nata in una famiglia di ricchi non ne avrei avuto bisogno».

Un corposo 8% indica in Elisabetta Gregoraci un modello di successo. «Accusata di cose ingiuste ha invece dimostrato la propria abilità e il proprio sangue freddo». E un 21% giustifica certi cedimenti con i costi della vita di studentessa di oggi. **«Se ci si vende a fin di bene non c'è nulla di male».**

<http://www.lastampa.it/redazione/cmsSezioni/societa/200809articoli/36668girata.asp>

A rischio i quarantenni, sposati con figli, buon lavoro e con il tabù del profilattico

Io, sieropositiva: Milano fa paura

Sesso facile, tradimenti e ignoranza. Lo specialista Moroni: ogni giorno tre adulti si infettano in questa città

Aids: «Ci spogliamo, finalmente è arrivato il momento, ma alt, ferma un attimo, è giusto dirglielo che sono sieropositiva. Glielo dico. E lui "ah no, guarda, così è diverso", e se ne va, nel senso che mi molla, non ci vediamo più, basta, chiuso, e io ero innamorata, giuro, non sono una facile. Purtroppo».

Aids: «Tanti miei amici sanno che sono malata da anni. Sanno tutto, e gli faccio una testa così, sulle precauzioni. Mi dicono, certi giorni: "Angelina, stanotte sapessi che ho fatto...". E io: "Il preservativo l'hai usato, vero?". "Mica serve. Quella lì, sicuramente, non ce l'ha, l'Aids. È sposata, lavora, dovresti vedere che bellezza, che forme, no, non può essere malata».

Dice l'infettivologo Mauro Moroni che **in città ci son «tre nuovi infettati al giorno».**

E questi nuovi infettati, un esercito di 30 e 40enni — gente con esistenze, professioni, famiglie, passatempi da milanesi, se vi piace usiamo l'aggettivo **«normali»**, gente che si diverte, incontra, finisce a letto —, questi nuovi infettati Angela li vede, conta, ascolta, e **ne piange l'ignoranza, o l'arroganza, o la presunzione.**

Angela fa la volontaria per Anlaid, l'associazione nazionale per la lotta all'Aids. Ha 46 anni. L'ha infettata un fidanzato, poi morto. «Aveva l'Aids. Non lo sapevo. A lungo non l'ha saputo nemmeno lui. E chi lo usa, oggi, il preservativo. I genitori non ne parlano coi figli: è ancora un tabù. E nel rapporto sessuale, il preservativo è ancora visto come un ostacolo, una cosa medievale... Certi pazzi, quando vanno a prostitute, pagano il triplo per non indossarlo, ma **lì c'è l'adrenalina, il piacere del rischio... In tutti gli altri casi, è idiozia pura**». Oppure non è semplice idiozia. «In fondo, un orgasmo cos'è? Una roba di cinque, dieci minuti? D'accordo, e poi? **È questo soltanto il sesso, un orgasmo rapido? Nient'altro? E allora ci vorrebbe una rieducazione al sesso. Ci vorrebbe rispetto. Per se stessi. Per gli altri.**

Noi e gli altri. Casi e storie. Amori e convivenze, passioni e tradimenti. E sesso, sesso, sesso. Casi e storie. Lui e lei. Lei: io moglie, mi comporto bene, sto solo con mio marito, lui va con altre, infettate, e m'infetta, rimango incinta, e infetto mio figlio. Lui: io marito, sono monogamo, solo mia moglie, e lei fa sesso con un amante, che ha contratto il virus in precedenza con un'altra, lo trasmette a mia moglie, e il virus arriva a me, tu pensa, maledizione, a me che una volta al mese puntualissimo faccio il test.

«Ogni giorno, a Milano, ci son tre nuovi infettati» ripete Moroni. **«E non c'è nessun ragazzino, tra loro. Nessuno. Solo adulti»** dice Angela. «Prendono un raffreddore, che non passa, o passa e torna più bastardo di prima. Vanno a fare dei controlli, e oplà, scoprono d'essere sieropositivi... **Non subito. Anche anni dopo. Quando ti sei sistemato, hai messo su casa e messo al mondo due pargoli.** Ti piomba dentro, e tu: "Io? E com'è possibile?"». Com'è possibile, Angela? «C'è chi è talmente sicuro di sé da non usare mai il preservativo. Dice: "Non scelgo persone malate, ho occhio, sono intelligente, conosco il mondo, io il mondo lo viaggio. Soprattutto, mi fido". **Presuntuosi:** pensano di guardare negli occhi un estraneo, e subire capire, con uno sguardo. Chi ha in mente l'immagine del sieropositivo come uno scheletro vivente, si sbaglia. Medicine, pillole, continui esami, **oggi si muore più tardi, rispetto al passato. Si dura di più.** Chiaro. Prendi continui raffreddori, polmoniti, il fisico è debole, debolissimo. Quanto alle medicine, sono come cicli di chemioterapia. Con certi effetti collaterali... Per dire, capita che sotto la cintura perdi tre taglie e sopra la cintura ne prendi quattro, diventi una figura grottesca, smilza e

obesa al contempo. Ma alla fine, se t'impegno riesci a stare a galla, a non trasformarti in un mostro...». A non farlo vedere.

Angela aveva un lavoro («Non ti licenziano perché sieropositiva, però ti fanno capire che sarebbe meglio andar via, per te e per loro») e fa **fatica perfino a trovarsi un dentista** («Ah, sieropositiva...»). Non la turba, questa vita a ostacoli. **«Faccio più fatica di altri a progettare. Non ho potuto aver figli, le relazioni son quelle che sono, il fisico anche. C'è depressione. Fa male.** Ma fa più male, agli incontri in associazione, questa scena qui, frequente. Io arrivo, c'è gente nuova, non dico che sono sieropositiva, poi lo dico e vedo qualcuno che non ci crede, "Come, tu? Sei normale", perché fisicamente non si nota niente di strano. E io "Guarda che anche tu sei normale, ma che ne sai delle persone con cui fai sesso, e di quelle con cui loro l'hanno fatto, e di come l'hanno fatto, eh, che ne sai?».

http://www.corriere.it/salute/08_ottobre_09/milano_fa_paura_sesso_tradimenti_aids_ab73f432-95d6-11dd-86ba-00144f02aabc.shtml

Quando e' l'età della partner il problema non sempre un'amante giovane è la soluzione

Sessualità: che cosa smorza il desiderio

I cinque nemici del desiderio: depressione, alcuni farmaci, un calo di testosterone e la prolattina alta, oltre all'aumentare dell'età della partner. Lo dice il braccio italiano, o meglio fiorentino, di uno studio internazionale presentato in occasione del dell'VIII Convegno nazionale sulle scienze della vita, organizzato per giovedì e venerdì al Cnr di Roma dall'Istituto nazionale di biostrutture e biosistemi (Inbb). **Favoriscono invece la voglia di fare sesso: un'attività fisica regolare ma non troppo intensa, il fatto di sentirsi sani, avere una compagna che sta bene e si sente in forma, e magari è anche più giovane.**

«I "nemici" agiscono in modo diverso: la depressione - ha spiegato Mario Maggi, responsabile dell'Unità di medicina della sessualità e andrologia dell'azienda ospedaliero-universitaria Careggi di Firenze, all'agenzia di stampa Adnkronos - influisce sui tre aspetti chiave: così **l'uomo non ha voglia, è preoccupato ed è frustrato.** Nel caso di un calo di testosterone il desiderio latita ma non ci si preoccupa affatto, mentre farmaci come il Prozac hanno il potere di addormentare la voglia di sesso, così come la prolattina alta».

«Abbiamo indagato sui determinanti del desiderio maschile esaminando **450 uomini** sani dai 50 ai 65 anni. E abbiamo scoperto che a insidiare la voglia di lui è anche l'età di lei: più la compagna è agée, meno forte sarà il desiderio» ha sottolineato lo specialista. Attenzione però, perché se per riaccendere i bollori si pensa di ricorrere a un'amante più giovane, questo approccio rischia di non rappresentare una soluzione, anzi. «Da un'altra ricerca, fatta questa volta su **2.800** nostri pazienti, abbiamo visto che il 16% dichiara una relazione extraconiugale, nell'8% dei casi con una partner fissa», rivela Maggi. **Nonostante il nuovo amore, però, si finisce dal medico per problemi sessuali.** Ma in questo caso le difficoltà del fedifrago sono diverse rispetto ai pazienti fedeli. «Si riducono nettamente i problemi organici alla base dei disturbi: in generale, infatti, questi uomini hanno erezioni migliori e testicoli più grossi. Ma il **rapporto con la partner ufficiale è peggiore, più conflittuale, la qualità del sesso della coppia originaria anche. Insomma, questi uomini si sentono insoddisfatti: è come se, in mancanza di problemi organici, si sentissero destabilizzati dall'amante.** In realtà non stanno male dal punto di vista sessuale, ma vogliono di più. E spesso - sottolinea il medico - c'è una sofferenza a livello intrapsichico». Dunque il ricorso a una - o più - partner più giovane non è sempre un elisir per il desiderio maschile.

La ricerca fiorentina, frutto di sei anni di lavoro, fa parte di un vasto studio europeo. «Abbiamo visto che gli italiani, anzi i fiorentini, in media sono ai primi posti della classifica quanto a benessere sessuale: hanno più rapporti rispetto agli altri europei, erezioni migliori e più desiderio. Benino gli spagnoli e gli svedesi, peggio i lettoni, mentre gli inglesi - conclude - sono nella media».

23 ottobre 2008

http://www.corriere.it/salute/08_ottobre_23/sesso_donne_giovani_600962aa-a104-11dd-8514-00144f02aabc.shtml