



*“Raggiungo il piacere molto prima di mia moglie, e lei dice di essere insoddisfatta perché resta 'a bocca asciutta'. Purtroppo io non riesco a metterci più tempo malgrado faccia tutti gli sforzi possibili. Non ho idea di come posso fare per durare di più. A dire il vero ho anche messo un cronometro per vedere se davvero ci metto così poco oppure è mia moglie che è troppo 'lenta' o esigente!”.*

La sua velocità sessuale non deve diventare un'ossessione e soprattutto lei non deve 'cronometrare' il piacere! Il suo problema è comune a molti uomini e colpisce circa il 20% degli italiani di sesso maschile tra i 18 e i 70 anni. Comprendo molto bene che l'insoddisfazione causata dalla eiaculazione precoce possa minare il suo rapporto di coppia con conseguenze negative non solo nella sfera sessuale, ma anche nella vita di tutti i giorni (stress, ansia da prestazione, mancanza di autostima), per questo motivo vorrei aiutarla ad affrontare questa sua difficoltà.



Dott. Marco Rossi

Prima di tutto voglio aiutarla a capire che cosa è la velocità nel raggiungere l'orgasmo, poiché dare una definizione esatta non è semplice, ma è fondamentale per cercare di capire meglio e pianificare una strategia per ridimensionarla.

Posso dire che si parla di eiaculazione precoce quando:

1. il rapporto intimo si conclude prima che la donna abbia raggiunto l'orgasmo;
2. la coppia non è soddisfatta del rapporto sessuale;
3. si raggiunge il piacere prima della penetrazione;
4. l'orgasmo avviene pochi secondi dopo la penetrazione;
5. l'orgasmo dura meno di un minuto;
6. l'emissione di sperma non è sotto il controllo dell'uomo.

Come può notare le definizioni sono abbastanza 'vaghe' e risulta difficile trovare una soluzione univoca al problema, se non si riesce a capire quale sia la natura stessa del problema. Personalmente non trovo corretta la definizione di "eiaculazione precoce" che la lega al raggiungimento dell'orgasmo dell'altra persona, in quanto nella donna il piacere è legato a molti fattori che variano di frequente e su cui l'uomo non ha nessun controllo, quindi ha poco senso focalizzarsi sul comportamento di sua moglie per sapere se è lei ad avere un problema.

Stesso discorso per la definizione di eiaculazione precoce legata esclusivamente alle tempistiche. Non dimentichi che la penetrazione è solo una parte del rapporto e molte coppie si sentono appagate dedicandosi ai preliminari e relegano la penetrazione solo agli ultimi istanti.

Oppure un uomo può avere una durata di diversi minuti, e quindi stare apparentemente 'bene', mentre la propria partner ha magari bisogno di molto più tempo per raggiungere l'orgasmo, quindi anche in questo caso la durata non sarebbe considerata sufficiente.

Ritengo che le definizioni più corrette siano quelle legate al 'controllo' da parte dell'uomo e se la coppia appare 'soddisfatta' alla fine del rapporto.

Per risolvere il suo problema le consiglio di fare un po' di chiarezza sull'argomento, le ricordo che il suo disturbo sessuale non è una malattia ma è un problema maschile che può essere risolto se affrontato in maniera seria e serena.

L'aiuto di un medico esperto (urologo, andrologo, psicoterapeuta o sessuologo) sicuramente è utile per comprendere meglio la natura del suo problema e sicuramente più efficace dell'autodiagnosi e dei rimedi 'fai da te' che possono basarsi su punti di vista errati di comprensione del problema.

Inoltre l'eiaculazione precoce non è un problema esclusivo dell'uomo ma è fondamentale che lei condivida le sue frustrazioni e perplessità con sua moglie in quanto il problema è di più semplice soluzione se viene affrontato in una coppia affiatata che si supporta e si aiuta.

Sono certo che lei potrà finalmente controllare la sua velocità solo se inizierà a studiare la propria intimità e a dividerla con sua moglie.