



Roma, 25 maggio 2020 - L'amore al tempo del Coronavirus non è cosa semplice. Amanti lontani ma anche partner vicini, così troppo e per troppe ore al giorno, che già in crisi non hanno retto e hanno quindi optato per il divorzio. Altre coppie invece, complici i ritmi lenti, si sono riscoperte innamorate più che mai. E i single invece questa estate possono aprire la caccia, o la paura di contrarre il Covid-19 frenerà un po' i loro impulsi?

L'agenzia di stampa Dire ha approfondito l'argomento con la dott.ssa Rosamaria Spina, psicologa e sessuologa a Roma.

Quali sono stati i sentimenti prevalenti raccontati anche dai suoi pazienti? Ha proseguito con consulti online durante la quarantena?

“In realtà c'è stata una gamma piuttosto vasta di risposte. Quello che le statistiche ci rimandano è che per le coppie maggiormente in crisi il lockdown ha segnato la fine della coppia. Ecco perché i tassi di divorzio sono stati altissimi. Evidentemente queste persone non sono riuscite a superare la convivenza forzata perché la crisi era talmente profonda da non poter essere superata. Anche la mia esperienza clinica è stata variegata. Per alcune coppie che ho in trattamento, questo periodo di contatto ravvicinato è stato altamente positivo. Il fatto di essere ‘costretti’ a passare del tempo insieme, anche in spazi ridotti, ha permesso di confrontarsi e non sfuggire a problematiche della quotidianità, a cui molto spesso ci si sottrae a causa del lavoro o di altri impegni. Altre coppie hanno preso coscienza di vivere una problematica reale, si sono messe in discussione e hanno deciso di cominciare una terapia di coppia proprio durante il lockdown”.

Quali possono essere gli effetti di questa emergenza non solo sanitaria ma anche economica sul sesso? Il calo di desiderio, ad esempio, può essere giustificato in questo momento?

“Decisamente sì. Va fatta una premessa, direi, vista la situazione drammatica che tutti noi abbiamo attraversato in questi mesi ci si è preoccupati poco della sessualità e anche della salute psicologica in generale, che invece è stata messa a dura prova. La sessualità ha risentito moltissimo del momento, ma se ne è parlato poco perché le emergenze prioritarie erano altre. In realtà ora che siamo usciti dalla fase più

dura di questa pandemia si cominciano a fare i conti anche con questo aspetto. A livello sessuale le difficoltà registrate dalla gente sono le più svariate: non solo calo del desiderio, sia per gli uomini che per le donne, ma anche difficoltà nell'erezione ed eiaculazione negli uomini e difficoltà a raggiungere l'orgasmo per le donne. Un altro problema generalizzato e legato al sesso è la mancanza di autostima che si è generata durante la pandemia. È importante ora ricominciare a sentirsi belle e attraenti visto che in questo periodo non è stato possibile andare dall'estetista e dal parrucchiere. Sembrano tutte cose di poco conto ma sentirsi attraenti e a proprio agio è fondamentale per vivere una sessualità soddisfacente. Insomma, la pandemia ha inciso sui rapporti sessuali che sono stati numericamente pochi e di minore qualità”.

Una delle cose che rimane anche in questa Fase due è la diffidenza e la paura che l'altro possa contagiarti. Forse i single questa estate avranno timore a lasciarsi andare a flirt e a fare conoscenze? Insomma, sono 'condannati' a rimanere soli?

“Spero di no. Mi auguro che vengano date delle indicazioni più precise rispetto a ciò che si può o non può fare anche in questo senso. Infatti molte difficoltà nascono anche per questo motivo. Le coppie che vivono un rapporto stabile hanno a che fare piuttosto con le problematiche di cui abbiamo parlato prima, ma per i single i problemi sono maggiori. Oltre all'aspetto sessuale va preso in considerazione l'aspetto della socializzazione. Se voglio conoscere un nuovo potenziale partner dove posso andare e cosa posso fare? Mi posso rivolgere alle app o opto per un incontro dal vivo? E in questo caso avrò davanti una persona che gode di salute e di cui posso fidarmi? Ecco che molto facilmente si aprono una serie di quesiti. E poi c'è la parte più strettamente sessuale a cui sono legati sia i bisogni fisici che psicologici. La sessualità è un bisogno primario e siamo tutti spinti a ricercarla, ma servono indicazioni precise su come meglio farlo. Questo potrebbe sicuramente aiutare i single negli approcci visto che ci avviamo verso l'estate. Va ribadito comunque che in questo periodo il preservativo è d'obbligo più che mai. Con questo non voglio dire che i rapporti occasionali vanno evitati o vissuti con ansia, ma è importante specificare, come in realtà è emerso dagli ultimi studi, che seppur il Covid-19 non è una malattia sessualmente trasmissibile, esistono tracce del virus nel liquido seminale. Quindi potrebbe essere pericoloso mettere in atto determinati tipi di comportamento non protetti, basti pensare ai rapporti orali. La mia raccomandazione è divertirsi, certamente, ma in assoluta sicurezza”.