



Ho una compagna giovane: aging men sull'orlo di una crisi di nervi

Giorgio Del Noce

Specialista in Urologia, Specialista in Chirurgia d'Urgenza,
Andrologo e Sessuologo Clinico

Docente alla Scuola Superiore di Sessuologia Clinica di Torino

Docente al Master Universitario di Sessuologia di Torino

Docente al Master Universitario di Medicina della Riproduzione Umana di Torino

Docente ai corsi SIUMB (Società Italiana di Ultrasonografia)

Membro del Comitato Scientifico della Federazione Italiana di Sessuologia Scientifica (FISS)

Oggi viviamo in una società dove la parola "vecchio" non è più utilizzabile per le persone, se non in ambito sportivo. Un uomo di 90 anni viene definito anziano. Ma partiamo per gradi: spesso mi domando a quale età da adolescente si diventa adulti? Una volta c'era il servizio di leva che in qualche maniera definiva un passaggio nella crescita mentale. La SIMA (Società Italiana di Medicina Adolescenziale) identifica il limite a 21 anni. Oggi mi ritrovo spesso con quarantenni e più che ragionano in maniera adolescenziale. E a quale età si diventa anziani? a 65 anni, anche se la SIGG (Società Italiana di Gerontologia e Geriatria) ha suggerito di innalzare l'età a 75 anni. È vero oggi, grazie alle terapie, l'aspettativa di vita è aumentata ma in realtà la natura non si è adeguata. Se parliamo di fisico lo sport ci insegna che gli atleti dopo i 40 anni sono "vecchi" e non vi è stato un cambiamento negli ultimi anni.

Fatta questa premessa è interessante notare come la sessualità ha diverse componenti e il rapporto sessuale fisico è una di queste. Per avere un rapporto sessuale bisogna avere desiderio, bisogna essere eccitati e bisogna provare piacere e anche il raggiungimento dell'orgasmo è importante. Con l'età il desiderio e l'eccitazione normalmente diminuiscono. Ricordiamo che è l'eccitazione che provoca l'erezione e l'orgasmo. La maggioranza delle coppie a 75 anni non ha più rapporti sessuali, ma la relazione rimane stabile poiché le altre componenti (relazione, affetto e soprattutto l'amore) mantengono forte il legame della coppia. A questo punto arriviamo al titolo della relazione. Cosa indica il termine compagna? Ovviamente non è un termine politico. Compagna può essere considerato l'equivalente di una moglie anche se in realtà non vi è un contratto che lo definisce. La compagna può anche non essere convivente e in questo caso la condivisione, che è una componente importante della relazione di coppia, diventa difficile, se non impossibile. Se poi la coppia non vuole convivere mi pongo dei dubbi sulla profondità della relazione e dell'amore (parola oggi poco utilizzata, sostituita, aimè, dall'affetto a dalla chimica). La situazione si complica se l'aging men ha una compagna giovane. In questo caso l'uomo non solo non deve sentirsi anziano, ma non può neanche permettersi di invecchiare. La frequenza dei rapporti deve mantenersi alta e l'eccitazione non deve diminuire. Purtroppo nella mia attività vedo molto frequentemente persone che non accettano il calo fisico fisiologico. Oggi fortunatamente abbiamo dei farmaci (PDE5i soprattutto) che ci aiutano molto bene a mantenere una buona sessualità fisica. Sono farmaci, inoltre, che non creano problemi anche nell'utilizzo eccessivo, ma spesso vengono assunti di nascosto e con vergogna. Con il tempo però la situazione si complica, perché la mente ha il sopravvento. Diventa sempre più difficile mantenere una relazione che si basa soprattutto sulla sessualità fisica. Più l'età aumenta più la differenza di età diventa evidente. 20 anni di differenza a 40 anni di lui non equivalgono a 20 anni di differenza a 85 anni.

Io in salute

Frequentemente non vi è consapevolezza del problema e di fronte ai primi fallimenti, che spesso non sono dovuti ad una perdita del meccanismo dell'erezione, ma ad un disturbo dell'eccitazione, si scatena un meccanismo mentale per cui il rapporto fisico viene visto con angoscia e ciò provoca un'ulteriore perdita dell'eccitazione. Talvolta a creare problemi è l'insorgenza di una malattia. In alcuni casi la malattia, soprattutto ad insorgenza acuta come un'ischemia cardiaca, fa diventare "vecchio" un paziente che si è sempre considerato giovane. In queste situazioni si può manifestare successivamente un disturbo post traumatico da stress, che diminuisce ulteriormente il desiderio sessuale con comparsa di anedonia (perdita del piacere nelle cose che normalmente fanno piacere). In altri casi i pazienti non accettano la malattia e, ad esempio, rifiutano di essere sottoposti ad intervento di adenomectomia prostatica solo perché la perdita dell'eiaculazione danneggerebbe in maniera per loro eccessiva l'identità maschile. Spesso i pazienti durante i rapporti sviluppano una specie di "durometro mentale" e mi capita frequentemente che abbiano una percezione diversa della propria erezione. Talvolta in sede di visita parlo alla compagna (a volte via telefono) che smentisce la percezione del paziente e risponde "è lui che si fa problemi. Per me va tutto bene, d'altronde non ha più vent'anni". In qualche altro caso, più raro ma più problematico, la compagna non accetta l'invecchiamento del paziente e questo provoca una sofferenza maggiore della relazione. Ricordo il caso di una compagna che in sede di visita di fronte al paziente mi ha chiesto come mai il suo seme fosse diventato "scarso e gommoso", cosa che non è mai capitata con i suoi ex compagni. Una frase del genere risulta devastante per l'identità sessuale.

Quali sono infine i consigli che si possono dare? Innanzitutto insegnare ad amare. L'amore è superiore a qualsiasi sofferenza. Imparare a convivere con l'invecchiamento. La consapevolezza è un notevole passo avanti. Non in ultimo ricordo che lo sport non allunga la vita, ma frequentemente usura il fisico. Spesso sono i pensatori a vivere a lungo e bene.

- 1) "Is committed desire intentional? a qualitative exploration of sexual desire and differentiation of self in couples" Luana Cunha Ferreira et al. Family Process, 2015
- 2) "Mechanisms underlying the association between perceived discrepancy in sexual interest and sexual satisfaction among partnered older adults in four European countries" Fisher N. et al. European Journal of Ageing (2020) 17:151-162