

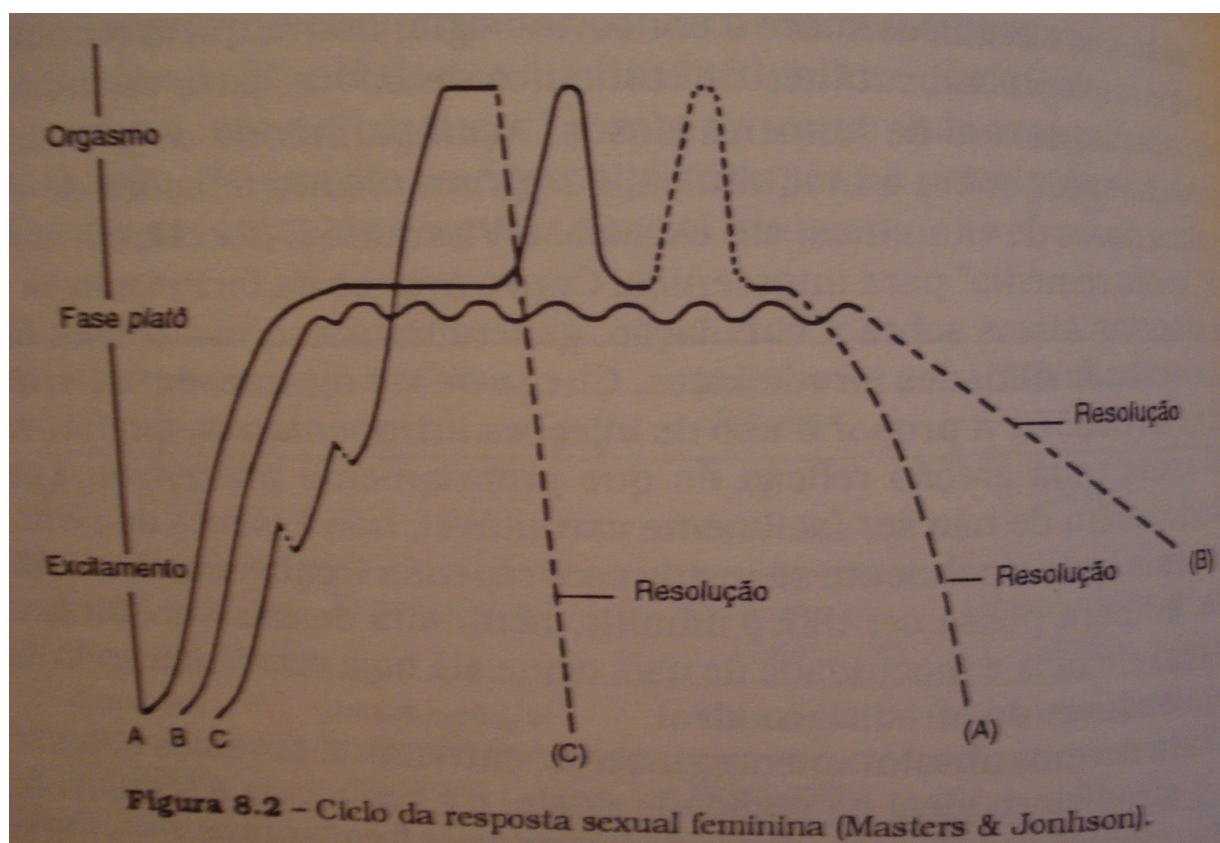
Sexualidade Humana

Atualmente, no consultório de ginecologia e obstetrícia, uma das queixas mais importantes é sobre sexualidade e relacionamento conjugal.

Com as vicissitudes do dia-a-dia, casais com a vida agitada, muito trabalho profissional, stress, economia familiar apertada, desenvolvem causas físicas, psicológicas e espirituais, muitas vezes refletidas na sexualidade humana.

Neste artigo gostaria de esclarecer algumas implicações orgânicas que podem contribuir para o entendimento da relação sexual.

O primeiro ponto a ser abordado refere-se à “Curva da Sexualidade Humana”, que segue abaixo.



Esta curva é importante para identificarmos o problema e, se existe, em quais pontos.

Para a grande maioria das mulheres o problema está na excitação; sendo comuns as seguintes reclamações: “meu marido vai muito rápido”; “eu nem comecei a relaxar e ele já está nos finalmentes”, etc.

Como é uma curva ascendente, qualquer pensamento, preocupação, atenção, alterará o padrão e a mulher “decrece” no gráfico, o mesmo não acontecendo com o parceiro que continua numa crescente. Isso faz com que o casal não tenha o mesmo “ritmo”. Como nem sempre existe o devido diálogo entre os dois a fim de complementar ou persistir na troca de carícias, tornando a relação boa para os dois, ocorre a frustração do casal. Costumo brincar dizendo: “pensar que amanhã vence a conta de água é o suficiente para ter que começar tudo de novo”.

O correto é não pensar, apenas sentir, se emocionar, esquecer as preocupações, mas isto não é fácil, pois não dá para desligar a mulher com “um botãozinho” e ela se tranquilizar. Pior dizer para relaxar; aí que não dá certo mesmo, pois não se trata de um sentimento que vai de fora para dentro, mas de uma emoção, do desenvolvimento de todos os nossos órgãos dos sentidos (olfato, tato, audição, etc), fazendo com que a gente sinta o que vem de dentro para fora.

Outro fato muito constante é a reclamação da falta de desejo da mulher. Frequentemente ouço: “-Eu estou muito cansada. Depois de um dia inteiro de trabalho, chego em casa, cuido das crianças e preciso deixar tudo pronto para o dia seguinte. Não vejo a hora de dormir e lá está meu marido me aguardando. Muitas vezes espero ele dormir para ir para cama. Ele nem sempre entende como estou cansada”.

O dia-a-dia de um relacionamento é muito difícil. Se o casal não tomar o devido cuidado acaba caindo na “mesmice”, cada um cuidando da sua vida ou apenas dividindo o mesmo teto. O companheirismo, a cumplicidade, as brincadeiras vão acabando e eles vão apenas sobrevivendo.

Todos os dias pergunto às minhas pacientes o que faziam quando namoravam e que tornava a relação com seu companheiro tão boa. As respostas são várias, por exemplo: ir ao cinema, tomar sorvete, viajar, dar risada, etc.. Questiono quando foi a última vez que fizeram isso com seus maridos e elas não conseguem lembrar, ou porque foi há muito tempo ou porque ficam constrangidas por não terem percebido “o tempo passar” e não investiram no relacionamento a dois. Não adianta o casal estar afastado emocionalmente e querer um relacionamento sexual ótimo. Isto não é possível.

Usando a palavra cunhada por Jaci Regis, há uma sexenergia que utilizamos durante a relação sexual que nos envolve por algum tempo. Para que a relação sexual seja prazerosa tem que haver envolvimento físico, psicológico e espiritual a fim de que cada um se entregue ao máximo ao outro e o receba em sua plenitude. Há uma intensa troca de energia que deve ser aproveitada pelos dois, num amplo convívio de amizade, carinho e de bons sentimentos.

Dr^a. Alcione Moreno
Médica GO - Terapeuta Sexual
Secretária do CPDoc.