

L'AMORE CHE MATURA

Pochissimi chiedono aiuto ai farmaci e una buona percentuale dice che «c'è ancora l'attrazione di una volta», ecco i sorprendenti risultati della nostra inchiesta sulla sessualità degli over 50

Ha senso, è conveniente parlare di amore, di desiderio, di sesso a una certa età? Noi di *Club3* pensiamo di sì e così, ogni tanto, ritorniamo sull'argomento. Perché i punti da chiarire sono sempre molti. Le incertezze da fugare altrettanto. Perché i nostri lettori ce lo chiedono. E perché un'indagine da noi promossa ed effettuata dalla Coesis Research pone quesiti e problematiche sulle quali è bene soffermarsi. Naturalmente stiamo parlando di coppie di lungo corso dove entrambi veleggiano tra i cinquanta e i settantacinque anni e dove gli anni di matrimonio sono venti, trenta, quaranta. Ovvio che a questo punto la sessualità di una coppia non assomiglia di certo a quella degli inizi. Per i più fortunati guadagna in intensità e in profondità, ma per la maggior parte, con la quotidianità, il desiderio si è

stemperato o, addirittura, si è perso nei meandri della routine. In proposito il nostro sondaggio parla chiaro: lo scarto in negativo è di ben 23 punti. «Ogni coppia si sa è un caso a sé. È una magia, unica, irripetibile alchimia. Segue strade tutte sue ma che andrebbero percorse con la consapevolezza che la durata del desiderio, che io definisco «la seduzione intraconiugale», è qualcosa che si co-

→

“

La seduzione intraconiugale è qualcosa che si costruisce a due mani, un progetto che deve essere comune e che va gestito insieme

”

VOGLIA DI COCCOLE
Teneri, appassionati, perfino seducenti: le coppie mature vivono con serenità i loro momenti più intimi anche se ammettono che le cose sono peggiorate rispetto a qualche anno fa. Il nostro sondaggio è stato realizzato su un campione di 400 italiani tra i 50 e i 75 anni con un'età media di 62. Quasi la metà è in pensione.



IL NOSTRO SONDAGGIO

CON GLI ANNI L'INTESA FISICA È MIGLIORATA?



- ▶ RIMASTA UGUALE 48%
- ▶ MIGLIORATA 26%
- ▶ PEGGIORATA 24%
- ▶ NÉ SÌ NÉ NO 2%

COME È CAMBIATO IL MODO DI VIVERE LA SESSUALITÀ*



- ▶ AFFRONTIAMO LA VITA INSIEME 39%
- ▶ CI SI VUOLE ANCORA PIÙ BENE DI UN TEMPO 38%
- ▶ PREVALE LO SCAMBIO DI TENEREZZE E DI COCCOLE 32%
- ▶ SI AFFRONTANO I PROBLEMI DI COPPIA CON PIÙ SERENITÀ 31%
- ▶ C'È ANCORA L'ATTRAZIONE DI UN TEMPO 15%

* Era possibile una risposta multipla per cui il totale supera 100

IL SONDAGGIO COMPLETO LO TROVATE SUL SITO www.club3.it

MEDIAMENTE QUANTE VOLTE FA L'AMORE CON IL PARTNER ?

- ▶ UNA VOLTA A SETTIMANA 26%
- ▶ DUE-TRE VOLTE A SETTIMANA 11%
- ▶ DUE-TRE VOLTE AL MESE 15%
- ▶ UNA VOLTA AL MESE 7%
- ▶ PIÙ RARAMENTE 11%
- ▶ MAI 8%
- ▶ NON SA/NON RISPONDE 22%

HA MAI FATTO USO DI FARMACI STIMOLANTI ?

- ▶ si 4%
- ▶ NO 93%
- ▶ NON SA NON RISPONDE 3%

Sessualità e sentimenti sono interdipendenti, ma per gli uomini prevale l'aspetto fisico sul resto

QUANDO IL SESSO È DOPATO

I consigli di Alessandra Graziottin, direttore del Centro di ginecologia e sessuologia medica dell'Ospedale San Raffaele-Resnati di Milano

«L'erezione è da millenni il punto cardinale della risposta sessuale maschile per cui i disturbi dell'erezione (De) vengono vissuti come deflagranti per l'autostima, la fiducia in sé, il senso stesso di mascolinità. Il 52% di uomini tra i 40 e i 70 anni riferisce di soffrirne. Il De tende ad aumentare con l'età, la bassa scolarità, l'insorgere di malattie, la qualità della relazione, il sopravvenire di lutti o lo stress legato al lavoro. I rapidi progressi sia nella ricerca sia nella terapia da dieci anni a questa parte hanno portato alla scoperta e alla commercializzazione di farmaci che hanno consentito di rivoluzionare gli orizzonti della sessuologia maschile. Dando luogo a quello che si può giustamente definire "il sesso dopato". A mio parere il vero problema in una coppia di lungo corso non è costituito solo dall'erezione (o da problemi fisici della donna legati alla menopausa, alla caduta del desiderio o al dolore durante i rapporti) ma da una sessualità che sia davvero affettiva e che, questa sì, è la sola che può aumentare con il passare degli anni. Ecco perché doparsi sotto le lenzuola coniugali è triste e riduttivo. E dunque vanno comprese con dolcezza e amore le eventuali défailances incoraggiando comunque una terapia medica per risolverle. In parallelo devono essere riscoperti la sensorialità, la sensualità, la voglia di seduzione e l'erotismo. Dove la donna può e deve farsi parte attiva».



→ struisce a due mani, un progetto che deve essere comune e che va gestito insieme», spiega Marco Rossi, psichiatra e sessuologo, autore di *Loveline* (Baldini Castoldi Dalai). Non è facile. Anzi.

Ma se si fa mente locale al fatto che l'attrazione sessuale o la passione, per quanto intense, hanno, secondo i neurofisiologi, una durata massima di quattro anni, ben si capisce che se non si fanno scelte consapevoli, la vita sessuale va incontro a un naufragio certo. Se ne raccoglieranno i frutti in là con gli anni. Perché in genere è allo scadere di una serie di "passaggi" ben precisi, come il compimento dei cinquant'anni e il conseguente famoso giro di boa; l'allontanamento dei figli con l'inevitabile contraccolpo della sindrome da nido vuoto; il raggiungimento dei sessanta e poi dei settant'anni, che le cose tendono a complicarsi. E fra i nodi che vengono al pettine, con caratteristiche qualitativamente diverse, un buon numero riguarda il sesso. **Tutti sappiamo che sentimenti e sessualità sono tra loro interdipendenti ma mentre per le donne i primi prevalgono sui secondi, per gli uomini si verifica l'esatto contrario.** Un atteggiamen-

“
Ho imparato che la menopausa significa solo la fine dell'età feconda, ma non incide sul rapporto che anzi è diventato più sereno

”

I NUMERI

1,5 miliardi di pillole blu consumate nel mondo dall'entrata in commercio del Viagra di cui 46 milioni solo in Italia

1,3 milioni solo a Milano nel 2007. Un consumatore su tre ha meno di 45 anni. Tra le città in testa ci sono Roma, Pistoia, Rimini. L'Italia è al terzo posto in Europa dopo Inghilterra e Germania

● I questi dati si riferiscono a prodotti venduti in farmacia. A questi si aggiungono quelli acquistabili al mercato nero, che trova in Internet il miglior veicolo. Prodotti taroccati, a buon mercato certo, ma pericolosi e da evitare tassativamente.

QUALE EFFETTO HA AVUTO LA MENOPAUSA SULLA SUA VITA SESSUALE

- ▶ MIGLIORATA
- ▶ RIMASTA UGUALE
- ▶ PEGGIORATA
- ▶ NON È IN MENOPAUSA/ NON SA/NON RISPONDE

?

9%

55%

17%

19%

→ to contrastante che si accentua col passare degli anni e che per le donne spesso coincide con l'arrivo della menopausa.

«In realtà io ho superato questo passaggio in tutta tranquillità», afferma Anita, 57 anni, impiegata di Asti. «Sono una fedele lettrice di *Club3* e attraverso le pagine del giornale ho imparato che la menopausa significa solo la fine dell'età feconda, ma non incide sul rapporto che anzi, al riparo da gravidanze indesiderate, è diventato più sereno».

«Mia moglie con la menopausa è diventata intrattabile». Sembra farle da contro-eco Luigi, 59 anni, odontotecnico di Ancona.

«Spesso si rifiuta categoricamente... e io non so più che fare. Come prenderla». Secondo Rossi «sicuramente può succedere. Ma mentre gli uomini si lamentano che le mogli non sono più disponibili, difficilmente si chiedono il perché e non si rendono conto che le donne hanno bisogno anche di altro: tenerezza, dolcezza, compagnia». Che in realtà avrebbero dovuto esserci da sempre. Raramente il problema è senza vie d'uscita anche se ci vogliono massicce dosi di pazienza di cui gli uomini, come ben si sa, sono per lo più sprovvisti. A volte basterebbe semplicemente parlarne cercando insieme la soluzione invece di sprecare energie tacendo.

«**Abbandonare il campo è la soluzione più sbagliata mentre è indispensabile dare nuova linfa al rapporto riscoprendo emozioni dimenticate**», afferma Maria Cristina Koch, psicologa, esperta in terapia della coppia. «Quando si è giovani esiste solo il desiderio ma quando giovani non si è più l'erotismo, che è poi l'arte di fare l'amore, costituisce la dimensione empatica della sessualità. La grande sfida è di inventarlo all'interno della coppia e far fruttare l'immensa ricchezza di questo capitale a due». D'altra parte noi riversiamo nella sessualità quello che siamo: cultura, sensibilità, immaginazione.

«Ci abbiamo messo anni», confessa Enrica, 62 primavere alle spalle, insegnante a Vicenza, «ma oggi finalmente, rimasti noi due soli, io e mio marito possiamo dire di aver raggiunto un intenso feeling. Sappiamo come soddisfare i desideri l'uno dell'altra e creare un'atmosfera carica di erotismo, perché tutto questo piace allo stesso modo a entrambi. L'atto in sé ha perso in un certo senso valore, può anche non esserci perché il

N.G.

DA QUANDO È ANDATO IN PENSIONE, IL RAPPORTO AMOROSO È MIGLIORATO

- ▶ SÌ
- ▶ NO
- ▶ NON SA/NON RISPONDE

?

28%

57%

15%

QUEL MITO CHE CI TRAVOLGE

Fino a ora nulla come gli spam relativi a prestazioni sessuali ha invaso con tanta violenza e volgarità la nostra privacy attraverso Internet. Ma come spiegare, al di là dei vantaggi supposti o reali e della pubblicità martellante, l'incredibile successo di questa magica pillola quantificabile in miliardi di pezzi venduti nel pianeta? «Semplice», afferma Giorgio Triani, sociologo, docente di Sociologia di massa all'Università di Verona, autore di *Sedotti e comprati* (editore Eléuthera), «viviamo nel mondo dell'eccesso normalizzato. Tutto si ascrive in questa logica. Tutto lievita. Il superlativo è diventato il logo del prodotto che, dal detersivo al pannolino, soffre di ansia prestazionale: sono tutti iper, super mega. Metaforicamente il Viagra è ovunque.

Ora è nell'ordine delle cose che un prodotto che enfatizza la prestazione per eccellenza, promettendo risultati dieci, venti volte superiori al normale, abbia avuto questo successo. Difficile resistere a sirene così suadenti e non provare almeno una volta nella vita...».



Non è raro che ai primi smacchi alcuni reagiscano con la scelta di un'amante possibilmente giovane

mio compagno è oramai alle soglie dei settant'anni, ma l'emozione che entrambi proviamo, ora, non ha eguali».

Ed eccoci all'altra metà del cielo: la parziale diminuzione della virilità, destinata ad accentuarsi con il passare degli anni, è per gli uomini una delle principali fonti di angoscia allo scoccare degli anta. «**Gli uomini vanno avanti una vita a misurarsi e a contare "quante volte"», fa notare Rossi, «e quindi la prima volta "no" li getta nella più nera disperazione**». Non è raro che ai primi smacchi i nostri eroi reagiscono con la scelta di un'amante possibilmente giovane e bella, capace di suscitare nuovi stimoli. E con la quale talvolta prendono il largo mandando all'aria matrimoni consolidati e lasciando le mogli allibite a chiedersi fino allo spasimo cosa hanno fatto o non fatto o avrebbero potuto fare.

«Scorciatoie rese possibili dall'allungamento dell'età media, dal benessere economico e dall'arrivo delle pillole che restituiscono all'uo-

mo la virilità perduta. Le cosiddette pillole dell'amore», spiega ancora Rossi.

E qui potremmo aprire un capitolo a parte. Ne abbiamo già ampiamente parlato poco più di due anni fa sottolineando il fatto che le donne italiane, intese soprattutto come mogli, hanno risposto con un clamoroso "no", nella percentuale del 74%, ai farmaci per lui, inteso fondamentalmente come marito. Piuttosto

→

“

Il mio compagno è ormai alle soglie dei settant'anni, ma l'emozione che entrambi proviamo, ora, non ha eguali

”



Va sempre dato spazio al linguaggio quotidiano dell'affetto: ti guardo, ti penso, ti voglio, ti inseguo

sta, e non la pillola, la vera sfida. Se però ci si rende conto che per il proprio compagno l'incapacità di portare a termine un rapporto rappresenta una frustrazione insopportabile è fondamentale parlarne affrontando il discorso e chiedendo consiglio a un medico. In molti casi la pillola ha effetti positivi: le dinamiche di coppia si rasserenano a tutto vantaggio di una virilità un po' appannata. Anche se non va dimenticato che la chimica fine a se stessa in ogni caso esclude l'affettività. Ecco perché va sempre dato spazio al linguaggio quotidiano dell'affetto. «Ti guardo, ti penso, ti voglio, ti inseguo... tu sei mio(a) oggi. E infine prendiamoci dei tempi lunghi», sostiene ancora Koch.

«Io e Piero, dopo una vita passata di corsa, ci siamo concessi due pomeriggi a

settimana, afferma Chiara, milanese, 66 anni portati alla grande, un lavoro come ricercatrice di laboratorio alle spalle. «Mettiamo in atto un piccolo rituale: appuntamento in salotto con musica di sottofondo. Io mi faccio bella in modo particolare, solo per lui. Occhi negli occhi, ci parliamo, ci massaggiamo. Il sesso è la ciliegina sulla torta. Se c'è, bene, altrimenti...». E anche se il 57% ha risposto che con la pensione nulla è cambiato c'è un 28% che la pensa diversamente.

«Come dire», osserva infine Koch, «che una buona percentuale di over sessanta, ma anche di over settanta, è capace di elaborare positivamente la propria sensualità, che è altro e non solo sessualità, con la consapevolezza che per entrare in atmosfera ci vogliono tempi più lunghi e perché si rende fondamentalmente conto che tutto questo rappresenta una forma di continuità non negoziabile nel trascorrere dell'esistenza». ■



Jack Nicholson e Diane Keaton in una scena del film *Tutto può succedere*

un ragazzino irrispettoso di 13 anni. Sulle sorprese che l'amore può riservare, anche alle coppie che hanno già percorso un lungo tratto di strada, mette in guardia *Mr. & Mrs. Bridge* di James Ivory. Paul Newman e Joanna Woodward, coppia anche nella vita, raccontano la storia di due coniugi. Il marito è un avvocato di successo, conservatore e severo,

mentre la moglie vive all'ombra del consorte, dedita ai figli e alla casa, finché un giorno nella mente e nel cuore dell'anziana non affiora il dubbio che, forse, la vita avrebbe potuto prendere un'altra direzione... A impersonare il dongiovanni impenitente che, a dispetto dell'età, continua a corteggiare e conquistare donne e ragazze, non

poteva che essere Jack Nicholson (*Tutto può succedere*), aiutato da una rivoluzionaria pillola di nome Viagra. Ma l'amore, quello vero, è sempre in agguato... Altrettanto incisivi, sebbene meno noti, i ritratti della passione senile che arrivano dalla letteratura. Partiamo dal grande scrittore israeliano Abraham Yehoshua, i cui libri pongono sempre al centro la passione fra un uomo e una donna. Gli ultimi, e in particolare il recente *Fuoco amico*, è un duetto fra un'anziana coppia costretta a restare separata per una settimana. Nonostante la lontananza, i loro pensieri continuano a intrecciarsi, e i loro corpi

a desiderare quella sessualità che ha alimentato per decenni il loro rapporto. Per un altro mostro sacro della narrativa contemporanea, Philip Roth (si vedano soprattutto *La macchia umana* e *L'animale morente*), la passione rappresenta invece una sorta di forma di resistenza alla malattia, al decadimento del corpo, in ultima istanza alla morte. La protagonista di *La visita della vecchia signora* di Friedrich Dürrenmatt torna addirittura al villaggio natale per vendicarsi dell'uomo che l'ha tradita e abbandonata da giovane.

Paolo Perazzolo

preferiscono ridurre il numero dei rapporti. «La nostra vita sessuale aveva con gli anni assunto un ritmo, come dire, rilassante». A confidarlo è Giuse, 64 anni, pensionata di Alessandria.

«Da quando mio marito, influenzato dalla pubblicità, ha provato di nascosto le pillole blu ha incominciato a desiderare rapporti più frequenti. E io non sono affatto contenta, perché ho la netta sensazione di una sessualità finta. E poi non mi è mai interessato farlo spesso, ma poco... e bene».

«La cosa pericolosa è che si introducano nella sessualità di coppia comportamenti che l'altro non è in grado di recepire e che possono irritarlo», osserva Koch, «mentre è essenziale proporre le novità nel modo giusto, in un clima di fiducia e di rispetto». E comunque la diffidenza femminile nei confronti di «quella pillola» fa pensare che per molte mogli il rispettivo marito possa essere accettato con le sue inevitabili *défaillances*. È lecito quindi supporre che gli uomini che ne fanno largo uso esibiscano le loro ritrovate performance prevalentemente al di fuori delle mura domestiche. Anche perché l'esaltazione chimica e la ricerca dell'eccitazione a ogni costo

portano a un continuo bisogno di novità. Il che va di pari passo con l'impressionante aumento della prostituzione o con un fenomeno ancor più preoccupante: in Italia, negli ultimi 10 anni, si sono registrati oltre trentamila matrimoni misti tra uomini di età compresa tra i 70 e gli 85 anni e badanti straniere tra i 30 e 50. Una vera e propria emergenza. E se per le intraprendenti signore il sesso è l'ultimo dei problemi così non è per i maturi innamorati disposti a sperperare patrimoni pur di ritrovare l'illusione della perduta gioventù.

«La pillola per questi uomini», sintetizza Rossi, «è la sola possibilità di poter gestire la situazione». Anche se ancora ci si vergogna e si nega l'evidenza. Alla faccia dei milioni di pillole vendute (vedi box), ben il 93% dei nostri intervistati ha dichiarato di non averne mai fatto uso. Ma si sa: il «cattivo» è sempre il vicino di casa. **In definitiva gli uomini si dopano perché non accettano il cambiamento, l'età che passa.** È l'altra faccia del *lifting* per le donne. Certo, è più facile ingurgitare una pillola che non ripensare i vecchi rapporti, rinegoziare in essi scelte diverse, elaborare nuovi e possibili progetti. È que-



ALTRO CHE PACE DEI SENSI, RICORDATE QUESTI FILM?

In *Prêt-à-porter*, celebre film del 1994 di Robert Altman sul mondo della moda, c'è una scena memorabile: l'attempato Sergio (Marcello Mastroianni) incontra dopo quarant'anni la moglie Isabella (Sophia Loren). Sono in una camera da letto. Lei, con movenze sensuali, inizia uno spogliarello per «ricquistare» il marito, senonché, a un certo punto, si accorge che lui... si è appisolato. Si tratta del remake di una scena ancora più famosa di *Ieri, oggi, domani* di Vittorio De Sica (1963): qui la seducente Loren si esibiva in uno

spogliarello che sortiva effetti ben diversi sul più giovane partner Mastroianni. Questo non significa che cinema e letteratura abbiano dato un'immagine da «pace dei

sensi» dell'attrazione e della sessualità fra uomini e donne maturi. Anzi. Con magistrale sensibilità nel film *I ponti di Madison County* Clint Eastwood ha descritto come

la scintilla della passione possa scoccare con forza irresistibile anche in età avanzata, travolgendo la routine quotidiana e mettendo in discussione rapporti consolidati. La passione non conosce limiti, a prescindere dall'età, come emerge da *A spasso con Daisy*, in cui una vecchia, bizzosa e burbera, si innamora del suo autista di colore. *Sul lago dorato* può essere invece interpretato come un elogio della profondità che il legame coniugale raggiunge con l'età: così solido e forte da conquistare persino



“

L'esaltazione chimica e la ricerca dell'eccitazione a ogni costo portano a un continuo bisogno di novità...

”