

Contatti preliminari

È ancora vero che le donne preferiscono le coccole e gli uomini i rapporti bruschi?

di Patrizia Tamarozzi

Preliminari: un mito da sfatare o il preludio necessario per un sesso felice? Per anni gli specialisti hanno insistito in tutti i modi sull'importanza di baci e carezze prima del rapporto sessuale. Assolutamente necessari, dicevano, per l'eccitazione femminile. Ma da qualche tempo arrivano informazioni che vanno nella direzione opposta. Un recente studio, in particolare, dimostra che i tempi dell'eccitazione sono **pressoché** identici tra uomini e donne. Lopsicologo **Irv Binik**, della **McGill University** di Montreal (Canada), ha per esempio condotto una curiosa indagine, rilevando con una termocamera a infrarossi l'aumento di temperatura (e quindi di irrorazione sanguigna, dunque l'andamento dell'eccitazione) nelle aree genitali maschili e femminili durante la visione di film **porno**. Uomini e donne hanno mostrato i primi segni di reazione in sincronia, dopo 30 secondi esatti dall'inizio dei filmati. Soltanto nel raggiungere la massima eccitazione gli uomini hanno staccato le donne, impiegando 664,6 secondi contro 743. Questo dimostrerebbe che i tempi non sono così diversi nei due **sessi**: **almeno** non dal punto di vista fisico.

Secondo lei

«Le donne si stanno mascolinizando nell'approccio al sesso», riconosce Marco Rossi, sessuologo e fondatore del Centro di medicina sessuale (medicinasessuale.it) di Milano. «Sono eccitate dal piacere della conquista e dal potere di condurre il partner subito al dunque: atteggiamento culturale, non basato sulla fisiologia femminile, per la quale i preliminari rimangono spesso importanti per il raggiungimento dell'orgasmo». Che si tratti di eccitazione del corpo o della mente, comunque, sembra che le donne tendano a scaldarsi più in fretta. Ma il loro **disamore** per i preliminari potrebbe avere anche un altro motivo. «Forse gli uomini sono stati un po' troppo martellati con questa faccenda dei preliminari», spiega Chiara Simonelli, sessuologa e docente di psicologia e psicopatologia dello sviluppo

Il 13% delle italiane, rivela un'inchiesta di Grazia, ha fatto sesso al primo appuntamento



sessuale presso l'Università La Sapienza di Roma. «Così alla fine hanno imparato la lezione, ma in modo spesso meccanico e quindi agiscono un po' freddamente, come se fosse un dovere... La donna lo percepisce e non le piace. Quindi preferisce eliminare quella fase, piuttosto che viverla così. Anche se questo, magari, riduce poi le sue **possibilità** di arrivare all'orgasmo».

Secondo lui

Da un'indagine pubblicata sul sito del sessuologo **Willy Pasini** (willypasini.it), sembrava addirittura che fosse soprattutto l'uomo a gradire un approccio più graduale: è risultato infatti che ben il 57% degli intervistati e "solo" il 35% delle donne consideravano i preliminari una pratica fondamentale. Attenzione, **però**: occorre prima mettersi d'accordo sul concetto di preliminare. «Lui oggi sa che può **concedersi** la tenerezza e se ne appropria senza vergogna», spiega Marco Rossi. «E lei sa che può prendere l'iniziativa e dirigere, almeno in parte, il gioco dei preliminari. Ma tutti quegli uomini che hanno dichiarato di apprezzarli, probabilmente non pensavano solo a tenere carezze e dolci **coccole**, ma

anche a pratiche più finalizzate al piacere maschile come la fellatio, un tipo di preliminare particolarmente gradito). Su questo, forse, non tutte le donne sono d'accordo. E comunque rimane sempre uno zoccolo duro di uomini che proprio non ne vogliono sapere. Il motivo è quasi sempre uno solo: il timore di perdere l'erezione. «Se lui esegue il compito come un dovere, è chiaro che rischia di perdere l'eccitazione», dice Simonelli. «In buona sostanza, per mantenere l'erezione anche durante i preliminari, l'uomo non deve mai staccarsi dalle proprie fantasie erotiche, ascoltando il piacere della partner per farlo **suo**».

Secondo gli esperti

In **conclusione**, è chiaro che dal punto di vista fisiologico i preliminari aiutano la donna a raggiungere più facilmente l'orgasmo, ma solo se affrontati con passione. Con questi presupposti, tra l'altro, anche l'uomo vede svanire il timore di "raffreddarsi" prima di arrivare al rapporto vero e proprio. Per mantenere l'entusiasmo, però, bisogna evitare l'abitudine. E spezzare la routine: magari proprio con un'eccitante sveltina...