

## **Falsi Miti: Fra Virilità e Impotenza.**

Categoria : RUBRICA MEDICA

Pubblicato da [Dott. Gianni Fusco](#) in 15/5/2009



**Falsi Miti: Fra Virilità e Impotenza.** L'erezione deve scattare ogni volta che è possibile un rapporto? Nel caso in cui sia assente l'eccitazione, per condizioni soggettive (ad esempio stato di stress o di umore negativo), legate al partner (stato di conflitto, scarsa attrazione fisica) o situazionali (i suoceri in visita dormono in salotto) l'erezione avrà difficoltà a manifestarsi?

**L'erezione deve scattare ogni volta che è possibile un rapporto?**



Falso: tuttavia quest'idea è radicata sia nel mondo maschile, specie del soggetto attratto dal modello "macho" di virilità, che nel mondo femminile. In realtà l'erezione è il secondo passaggio del ciclo di risposta sessuale maschile che comprende le seguenti fasi: ->eccitazione ovvero il momento in cui, a seguito di una stimolazione fisica o mentale, il pene inizia ad aumentare il suo volume; ->erezione cioè il raggiungimento della rigidità necessaria per portare a termine la penetrazione; ->plateau, lo stadio di tensione sessuale massima che precede l'orgasmo; ->orgasmo, che nell'uomo precede il momento dell'eiaculazione. Pertanto, nel caso in cui sia assente l'eccitazione, per condizioni soggettive (ad esempio stato di stress o di umore negativo), legate al partner (stato di conflitto, scarsa attrazione fisica) o situazionali (i suoceri in visita dormono in salotto) l'erezione avrà difficoltà a manifestarsi. **Il tempo che intercorre fra un'erezione e l'altra, nel corso di uno stesso rapporto, deve essere sempre lo stesso?** Falso, con il trascorrere degli anni il tempo necessario perché il sistema erettivo sia pronto ad una successiva erezione dopo un primo rapporto aumenta progressivamente. **Le erezioni del mattino al risveglio devono essere sempre presenti?** Se è

vero che la presenza di erezioni di buona qualità al risveglio dà un segnale di buon funzionamento del sistema erettile, è falso che esse debbano essere presenti ad ogni risveglio. Infatti, il fenomeno delle erezioni notturne è collegato ad una fase ben specifica del sonno e cioè al sonno REM. Tale fase non è costantemente presente in tutto il periodo di sonno, ma si attiva a cicli. Pertanto se il risveglio capita nel corso di una fase REM potremo vedere l'erezione, ma se il risveglio accade in un'altra fase del sonno non ci sarà erezione visibile e questo in assenza di qualunque anomalia dell'erezione. **L'erezione deve avere le stesse caratteristiche di rigidità dall'inizio alla fine del rapporto sessuale?** La rigidità che consente la penetrazione è quella pari almeno all'80% o della rigidità massima. Sovente la rigidità massimale, del 100%, non è costante per tutta la durata di un rapporto, in particolare se questo è prolungato e vario, ma oscilla senza però scendere mai al di sotto della soglia dell'80%. Nella gran parte dei soggetti la rigidità massima è presente nelle fasi iniziali e in quelle che precedono la fase di orgasmo. **Le dimensioni del pene determinano il grado di piacere femminile?** Falso. Le dimensioni di un pene normale sono variabili da persona a persona, come la statura, ma non vi è correlazione fra le dimensioni del pene ed il grado di soddisfazione sessuale femminile. La sessualità femminile è molto più sfaccettata di quanto il maschio immagini (e possa comprendere) e numerose ricerche hanno documentato come non vi sia correlazione fra le dimensioni del pene del partner ed il livello di soddisfazione sessuale della donna. Chi pensa che un pene lungo sia essenziale per una sessualità al top, somiglia a colui che crede che uno spilungone messo in un campo di pallacanestro sia automaticamente un campione di basket! **Alcuni farmaci, i cosiddetti inibitori della PDE 5 (Sildenafil, Vardenafil, Tadalafil) promettono una durata di 4 ore o più. Questo vuol dire che se assumo questi farmaci la mia erezione durerà così a lungo?** Falso. In questi casi per durata si intende la finestra di efficacia del farmaco stesso, ovvero quel periodo di tempo durante il quale, se lo si desidera, si può intraprendere e portare a termine un rapporto sessuale. Non bisogna quindi confonderla con la durata dell'erezione stessa. Mantenere un'erezione può infatti condurre ad una patologia - potenzialmente pericolosa - detta priapismo. **E' vero che la disfunzione erettile è un indice di minore virilità?** Falso. La virilità di un uomo non può essere misurata sulla base della rigidità del suo pene. E' vero tuttavia che la disfunzione erettile incide pesantemente sulla relazione di coppia, e che una sessualità efficiente e appagante è un presupposto fondamentale per il benessere psicologico. **E' vero che la masturbazione causa problemi di disfunzione erettile?** Falso. La masturbazione è una attività normale e fisiologica a tutte le età. Può invece rappresentare un problema quando, nell'ambito di una relazione di coppia, diviene un'alternativa abituale al rapporto sessuale. In questo caso è indice di problemi individuali e relazionali, e andrebbe affrontata con il medico. **L'eiaculazione precoce è un sintomo di disfunzione erettile?** Vero/Falso. Nella maggior parte dei casi l'eiaculazione precoce è una disfunzione che non si associa a deficit di erezione. Tuttavia, in una minoranza di casi in cui l'eiaculazione precoce insorge con il passare degli anni, essa può rappresentare il sintomo di una difficoltà a mantenere l'erezione.