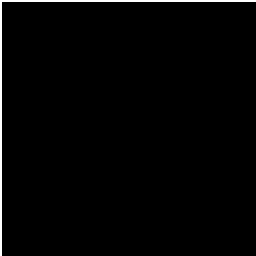


## **La prima volta - Quale è l'età giusta? - Fa male?**

**Categoria : MISTERI NASCOSTI**

**Pubblicato da [Antonella Ianniello](#) in 11/3/2010**



**Quale è l'età giusta?** - Dal punto di vista puramente fisico per una ragazza dopo l'arrivo delle prime mestruazioni. Dal punto di vista psicologico l'età giusta è quando si può vivere questa esperienza con serenità e con convinzione. Dal punto di vista pratico, quando si è in grado di prendere le giuste precauzioni. Conviene aspettare almeno di avere 16 anni e oltre. Non c'è alcun motivo di affrettarsi.



## **Fa male?**

Dipende dall'imene, dalla sua conformazione ed elasticità. Normalmente, per la sua lacerazione, si verifica un certo sanguinamento, ma non sempre. Talvolta, se l'imene è particolarmente elastico non si verifica. In taluni casi, specialmente se la coppia è inesperta e titubante, la lacerazione si può verificare in rapporti successivi. E' importante affrontare l'evento rilassati e convinti.

## **Il dolore che si prova la prima volta è dovuto alla rottura dell'imene?**

No, la rottura dell'imene può, al più, dare un piccolo fastidio transitorio. Più frequentemente il dolore nasce da una tensione che si manifesta quando l'esperienza non è davvero desiderata, quando è vissuta con sensi di colpa, quando è temuta una gravidanza e quando vi è un disagio nei confronti del proprio corpo. In questi casi la tensione si ripercuote sul rilassamento della muscolatura vaginale (in particolare dell'ingresso della vagina) e sul livello di eccitazione (con conseguente mancanza di lubrificazione) che potranno essere i responsabili del dolore.

**Siamo una giovane coppia che ha deciso di fare un rapporto completo, ma accade che ogni volta che proviamo lei sente forte dolore durante la penetrazione. Lei è vergine e prima di fare l'atto completo facciamo molti preliminari, ma, nonostante lei sia molto lubrificata, sente forte dolore. Vorrei sapere se sono io a produrre questo dolore oppure è una questione psicologica dovuta ad incertezza, nonostante anche lei abbia desiderio di fare l'amore con me.**

Il dolore è determinato, molto probabilmente, da uno spasmo involontario dei piccoli muscoli che sono all'ingresso della vagina. Per escludere altre cause, comunque, è necessaria una visita ginecologica. Di solito il problema è psicologico e può essere ben affrontato e risolto con una terapia sessuale di coppia, anche se a volte, instaurandosi un clima di maggiore fiducia e tranquillità può risolversi spontaneamente.

## **Stiamo per farlo ma poi lei si ritrae, come devo fare? Devo forzarla?**

Bisogna rispettare la sensibilità della partner e le sue titubanze. E' importante che il grado di eccitazione raggiunto durante i preliminari sia tale che il desiderio superi le paure e tutto si svolga con naturalezza e passione.

## **La donna perde sempre sangue al primo rapporto?**

Non sempre, perché dipende dalla forma dell'imene. Questa formazione ha forma, consistenza ed irrorazione sanguigna variabile. Così, se è molto sottile la sua lacerazione, con il primo rapporto sessuale non comporterà alcuna perdita ematica. Come pure, evidentemente, se, come qualche volta accade, non è presente e se è così elastica da non rompersi durante i rapporti sessuali.

### **Mettere il preservativo rovinerà l'atmosfera?**

Se dopo i preliminari, quando il grado di eccitazione è elevato, si procede ad indossare il preservativo con naturalezza, non ci sono problemi. Anzi, l'utilizzo di questo strumento di prevenzione agghincherà tranquillità al rapporto.

### **Non abbiamo avuto un rapporto completo, può essere rimasta incinta? Il coito interrotto è sicuro?**

Specialmente nelle prime esperienze, anche perché si trascurano le precauzioni e si viene presi da sensi di colpa, nonostante non si completi il rapporto, si teme fortemente una gravidanza. Questi stati di ansia possono anche causare dei ritardi. Se il rapporto non è completo il rischio è molto limitato, anche se una piccola percentuale di rischio c'è. Conviene evitare queste situazioni adottando preventivamente le necessarie precauzioni: l'uso del preservativo e l'utilizzo della pillola.

### **Posso prendere la pillola senza che i genitori lo sappiano? Posso prendere la "pillola del giorno dopo" senza dirlo ai genitori?**

La legge 193 prescrive che gli operatori sanitari devono promuovere la contraccezione tra i più giovani, per cui non ci dovrebbero essere problemi nel rivolgersi ad un medico per la prescrizione. Ci si può comunque rivolgere allo spazio giovani nei consultori di quartiere.

### **Il primo rapporto sarà soddisfacente come quelli che verranno dopo?**

Probabilmente no, perché a provare piacere si "impara" poco alla volta. Occorre sviluppare la confidenza con il proprio corpo, conoscerlo a poco a poco, scoprire quali sono i punti più sensibili, i gesti ed i movimenti preferiti. E, soprattutto, senza paure e timori. E riuscirci durante la "prima volta" è un po' difficile.

### **Lei ha già avuto esperienze io no, sarò all'altezza?**

Non bisogna mai preoccuparsi ed anzi affrontare la situazione con naturalezza. L'ansia da prestazione è infatti la maggiore causa di problemi per i maschi.

### **C'è pericolo di contrarre l'aids anche con partner giovani?**

Sì, c'è questa possibilità. Nel caso di incontri occasionali o di scarsa conoscenza del partner è indispensabile utilizzare il preservativo. Bisogna ricordare che oggi circa l'80% dei contagi avviene

tra coppie eterosessuali.