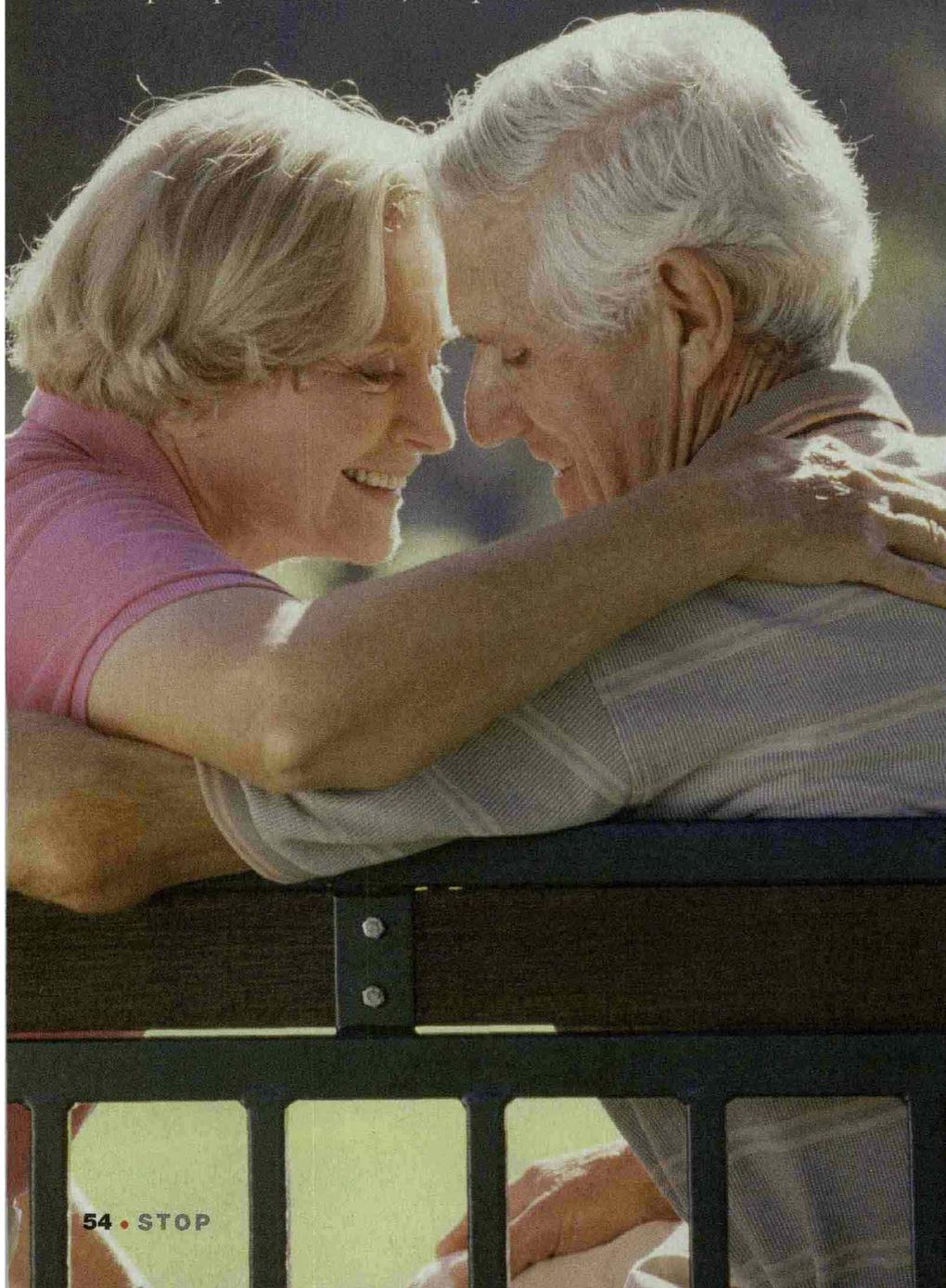


stop &gt; PER VOI

Salute e benessere di Manuela Campanelli

# È vero: l'AMORE (e il

Da una recente indagine, è emerso che i sessantenni battono per vivacità sessuale i più agguerriti quarantenni. E c'è di più: si abbandonano l'uno tra le braccia dell'altra con più spensieratezza, trasporto e naturalezza



Napoli, aprile

Chi ha già l'età per fare il nonno non pensa più alla pensione. Continua a fare qualche lavoretto, ad avere una vita piena e attiva e a pensare, perché no, anche all'amore. I suoi anni non sono certo un punto d'arrivo, ma se mai l'inizio di una nuova esistenza in cui amare ed essere amati. Gli anziani fortunati che hanno ancora una compagna continuano la loro relazione all'insegna del "finché morte non ci separi", mentre i single cercano di mettersi al passo con i tempi concedendosi una storia giovane finalizzata al "finché si sta bene insieme" o addirittura intraprendendo un'avventura impostata sul "finché funziona".

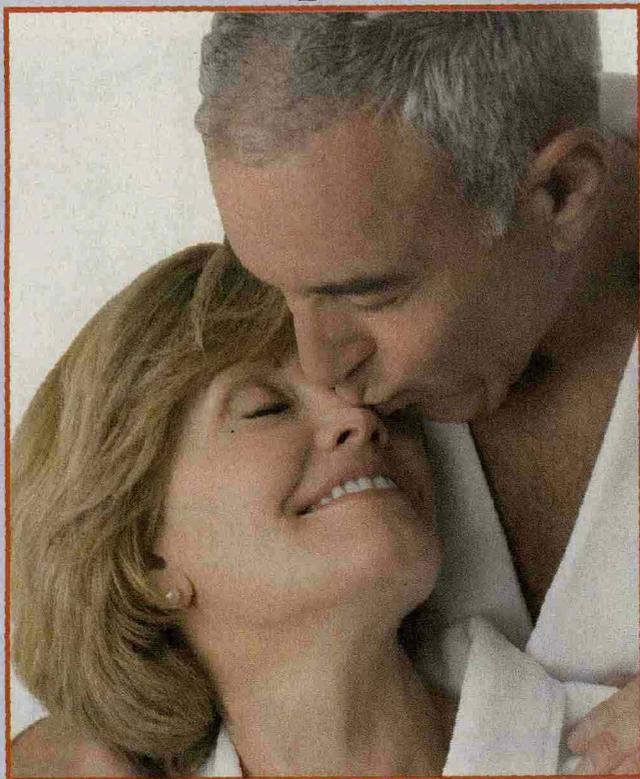
## UN ESERCITO DI BRAVI AMANTI

Se l'amore non ha età anche il sesso non ce l'ha più. I nonni-amanti sono oggi tanti, anzi tantissimi. Secondo una recente indagine, lo sono il 73 per cento di coloro che hanno un'età compresa tra i 60 e i 70 anni e il 40 per cento di chi ha superato i settanta. Si dicono inoltre assai più soddisfatti delle proprie prestazioni dei giovani stessi, che si trovano a combattere con l'impotenza e con ogni sorta di "defaillances" sessuali.

La maggior parte de-

# SESSO) non hanno ETÀ!

www.ecostampa.it



gli anziani giudica, infatti, buona la propria attività nel talamo nuziale, mentre solo la metà dei trentenni può esprimere un commento altrettanto positivo.

Ciò che più sorprende è però la loro vivacità sessuale. L'amore lo fanno infatti assai spesso. Il 39 per cento dei settantenni lo fa almeno una volta al mese contro il 32 per cento dei sessantenni, il 28 per cento dei cinquantenni e il 16 per cento dei quarantenni.

## UNA NUOVA DIMENSIONE

Ma c'è di più. Gli anziani d'oggi vivono il sesso con spensieratezza, tra-  
 > continua a pag. 56

### PER SAPERNE DI PIÙ

## Come non divorziare mai

Una scappatella, una passione improvvisa o un ritorno di fiamma e il gioco è fatto: separarsi quando si è ormai nella terza età non è affatto raro. Anzi i divorzi tra coppie di sessantacinquenni sono in strepitoso aumento. Colpa di lei che non accetta l'avanzare degli anni, ma anche colpa di lui che vuole vivere amori più giovanili.

«Una volta portato a termine il compito di genitori e sistemato i figli fuori casa, sono in molti a voler riaprire le porte alla passione», spiega Alberto Vito, psicologo clinico all'ospedale Cotugno di Napoli e giudice onorario al Tribunale dei Minorenni, nonché autore del libro "La perizia nelle separazioni. Guida all'intervento psicologico" (edito da Franco Angeli - 17.00 euro), in questi giorni in libreria. Come mantenere allora saldo il vecchio legame d'amore? Ecco alcuni consigli:

- non dimenticatevi mai degli obblighi matrimoniali, coltivandoli si manterrà una certa intesa e complicità nel rapporto, che saranno preziose quando i figli saranno grandi e ci si ritroverà di nuovo in due;
- tenete d'occhio la sessualità: nel momento in cui scema la coppia va in crisi;
- mettete fantasia e creatività nella sessualità: viverla cioè con quella giusta spregiudicatezza, giocosità e dinamicità che merita;
- mantenete sempre un dialogo: dirsi tutto anche le cose sgradevoli consente di non diventare estranei l'uno all'altra;
- coltivate spazi di tempo e di luoghi in cui si condividono iniziative che piacciono a entrambi;
- non esagerate con la propria autonomia, altrimenti si finisce con il condividere aree di interesse troppo strette;
- evitate di fare ogni cosa insieme. Un atteggiamento, questo, che comporta un alto grado di rinunce e tante frustrazioni.



stop &gt; PER VOI

## Salute e benessere

&gt; segue da pag. 55

sporto e naturalezza. In altre parole lo vivono con il fascino che merita. Avendo più tempo per se stessi, vi si dedicano con più passione di quando erano nel fiore degli anni. Avendo i figli ormai fuori casa, possono fare l'amore indisturbati a qualsiasi ora del giorno e della notte. E non correndo di certo più il ri-

schio di mettere al mondo un bebè, vivono il sesso più liberamente che in gioventù.

Per loro fare l'amore non è solo possibile ma è anche una sorta di cura che giova al fisico e alla psiche. Abbandonandosi tra le braccia dell'altro o dell'altra, si sentono nella vita, apprezzati e integrati con la società che li circonda. 

## CURIOSITÀ

**Corteggiamento d'altri tempi**

Innanzitutto non vergognatevi di avere maniere d'altri tempi! Anzi, da veri gentiluomini mettetevi in pratica. Se per esempio volete invitare a cena la vostra preferita, chiedeteglielo inviandole un mazzo di fiori. La sera stessa andate a prenderla in macchina sotto casa: scendete e tenete lo sportello aperto in modo che si possa accomodare. E se vi viene spontaneo il baciamento? Fatelo, avendo l'accortezza di sfiorare con le labbra il dorso della sua mano.

Arrivati al ristorante fatela entrare e sedere per prima. E mi raccomando: non ordinate nulla prima che non l'abbia fatto lei. Il conto, è ovvio, lo pagherete interamente voi. Come farle capire che vi piace? Mettete al bando l'esagerazione in tutto, nel parlare, nel sorridere, nel vestire. Siate sobri, ma comunicativi soprattutto con gli sguardi, spontanei e socievoli. Riaccompagnatela a casa all'ora che desidera lei e scortatela fin sotto il portone: se si volta indietro salutandovi è un buon segno.

