

Alla ricerca del sesso frenetico

Non solo star dello spettacolo. Esistono molte persone per cui l'eros è una ossessione. Una malattia da curare. Ecco come

DI PAOLA EMILIA CICERONE

Alfio Lucchini
Paola Emilia Cicerone
OLTRE L'ECCESSO
3 Quando Internet, shopping, sesso, sport, lavoro, gioco diventano dipendenza
2
1 FrancoAngeli/Self-Add
Pubblichiamo qualche pagina del libro "Oltre l'eccesso. Quando Internet, shopping, sesso, sport, lavoro, gioco diventano dipendenza" di Paola Emilia Cicerone e Alfio Lucchini (Franco Angeli 2011)

Per molto tempo di dipendenza da sesso si è parlato solo a proposito di divi di Hollywood. Come David Duchovny, il protagonista di "X Files", e in tempi più recenti della serie televisiva "Californication", in cui interpreta guarda caso uno scrittore che dedica la propria vita a passare da un letto all'altro. Proprio in occasione del lancio del telefilm, nell'estate 2008 l'attore ha annunciato alla stampa di essersi ricoverato in una clinica specializzata per il trattamento della dipendenza da sesso. E il suo non è un caso isolato visto che in passato anche altri divi, tra cui Michael Douglas, Charlie Sheen e perfino Sharon Stone, hanno ammesso di essere affetti da sesso dipendenza e di avere bisogno di cure.

Sarebbe sbagliato però liquidare il problema come un fenomeno mediatico, o come l'espedito di qualche avvocato per trasformare un'accusa di adulterio in un problema psicologico. Esistono davvero persone per cui il sesso è una malattia, una vera e propria ossessione. Individui che non riescono a trattenere i propri impulsi anche a rischio di mettersi in situazioni imbarazzanti o pericolose, e che finiscono per far ruotare la propria vita intorno alla soddisfazione delle proprie esigenze sessuali, mettendo in crisi lavoro, amicizie e affetti



familiari. Ma c'è anche chi dilapida l'intero stipendio con le prostitute, oppure non sa resistere alla tentazione di mostrarsi nudo alla finestra, senza preoccuparsi delle conseguenze. Come segnare il confine tra salute e malattia? Tra un appetito sessuale vivace, un atteggiamento libertino, che qualcuno potrebbe anche considerare disdicevole, e un comportamento patologico?

Quando si parla di sexual addiction o sesso dipendenza però, il riferimento non

è alla quantità e alle caratteristiche dell'attività sessuale di quel determinato individuo, ma alle motivazioni che ci sono dietro. E soprattutto al modo in cui questa viene vissuta, e alle conseguenze che ha sulla vita del soggetto interessato.

È comunque chiaro che stiamo parlando di un sesso patologico che fa male e fa star male. In cui le motivazioni sane che ci spingono alle relazioni sessuali lasciano il posto a un frenetico susseguirsi di accoppiamenti praticati per ▶

Scienze

Campanelli d'allarme

Come capire quando il sesso diventa - anche se il parallelo è improprio - una vera e propria droga? Ecco i comportamenti che devono metterci in allarme.

ESSERE disposti a fare sacrifici o brutte figure pur di poter soddisfare i propri desideri sessuali.

ORGANIZZARE la giornata intorno alla possibilità di svolgere attività legate al sesso.

RISCONTRARE che i propri comportamenti sessuali interferiscono con gli studi, il lavoro o la vita affettiva.

PROVARE sistematicamente vergogna per le proprie attività sessuali senza riuscire a interromperle.

PENSARE che si starebbe meglio se si interrompessero alcuni comportamenti sessuali, senza riuscire a farlo.

PROVARE ansia, irrequietezza o aggressività nei periodi in cui non si riesce a soddisfare

i propri desideri sessuali.

DEDICARE progressivamente più tempo alla soddisfazione del proprio piacere e cercare stimoli sempre più forti.

sfuggire solitudine, sensi di colpa e paura, per alleviare ansia e stress, per illudersi di tenere sotto controllo la propria vita. Ma che invece riescono solo a provocare sofferenza e disagio, quando non problemi più gravi.

LE CAUSE

In molti casi la sessodipendenza emerge in modo particolarmente drammatico in chi è solo o si trova in condizioni in cui non può vivere una sessualità equilibrata, per esempio in carcere. Ma anche la vita di relazione può avere un ruolo importante nel contenere o nello scatenare il disturbo: se chi soffre di sexual addiction ha un partner con un atteggiamento di rifiuto nei confronti del sesso, il problema può acuirsi, così come avviene quando entrambe i partner hanno problemi di dipendenza.

La maggior parte degli studi concorda comunque nell'affermare che alla base del disturbo c'è un complesso insieme di cause biologiche o ambientali. Secondo alcune ricerche il 16 per cento dei ses-

sodipendenti avrebbe subito abusi durante l'infanzia, e studi americani mettono l'accento sul fatto che molti pazienti provengono da famiglie gravemente disturbate dal punto di vista emozionale, come se il sesso rappresentasse in qualche modo una compensazione per l'affetto che non si è ricevuto durante l'infanzia.

Sul piano biologico, gli studiosi si sono concentrati soprattutto sugli squilibri ormonali: alcuni teorizzano che in chi soffre di questo disturbo ci sia una scarsa produzione di prolattina, un ormone prodotto dall'ipofisi (una ghiandola che si trova alla base del cervello) che aumenta al momento dell'orgasmo. Per altri il problema sarebbe invece dovuto a un'alterazione del desiderio ses-

suale dovuta a un comportamento anormale dei neuro-trasmittitori - dopamina, adrenalina e serotonina - che agiscono sui meccanismi della gratificazione. Un meccanismo analogo, insomma, a quello che entra in gioco nelle dipendenze da stupefacenti.

IL TRATTAMENTO

La dipendenza da sesso è un problema complesso, e lo strumento più efficace per affrontarlo sembra essere in primo luogo la psicoterapia. Le psicoterapie cognitivo-comportamentali, singole o di gruppo, puntano in particolare a scardinare i meccanismi della dipendenza, mentre le psicoterapie di orientamento analitico prendono in considerazione l'origine del disturbo e la struttura di personalità del paziente.

Negli Stati Uniti sono molto diffusi anche i gruppi di auto-aiuto, costruiti sul modello di Alcolisti Anonimi per aiutare le persone ad allontanarsi dal comportamento patologico, e perfino le cliniche per sessodipendenti. In molti casi poi la terapia viene integrata con un supporto farmacologico, utilizzando farmaci antidepressivi che aiutano a riportare il desiderio sessuale nella "norma", o antipsicotici in alcuni casi particolarmente gravi.

Alcuni studi mostrano poi l'efficacia di antiepilettici come il Valproato di sodio e il Topiramato. ■

SQUILIBRI ORMONALI O EMOZIONALI. E LA TERAPIA È SOPRATTUTTO PSICOLOGICA. MENTRE PROLIFERANO LE CLINICHE AD HOC