



Dott.ssa Radiana Ravaglioli
Psicologa Psicoterapeuta
radiana.ravaglioli@alice.it

IL SESSO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS

Il coronavirus Covid-19 ha portato grossi cambiamenti nella nostra vita quotidiana: lavoro, spostamenti, contatti sociali, abitudini igieniche.

Ovviamente anche la nostra vita sessuale ne sta risentendo.

Sappiamo che questo virus si trasmette soprattutto attraverso la saliva e principalmente tramite le goccioline che vengono emesse attraverso il respiro, la tosse e gli starnuti degli infetti.

Non è ancora stato appurato dai ricercatori se il virus sia presente nel liquido seminale e nel liquido di lubrificazione vaginale.

Non ci sono invece dubbi circa la trasmissione attraverso il bacio.

Il New York City Health department ha pubblicato una serie di raccomandazioni sui comportamenti sessuali per evitare la diffusione del coronavirus.

A questo proposito scrivono: “ il partner più sicuro con cui avere rapporti sessuali sei tu stesso”-

La masturbazione infatti risulta il mezzo più efficace per non trasmettere il virus.

Anche nell'autoerotismo occorre cautela: se si usano sex toys vanno sempre disinfettati con prodotti appositi prima di usarli.

Al secondo posto per grado di sicurezza si trovano le persone con cui si convive.

Anche in questo caso però se uno dei due è positivo bisogna sempre rispettare le distanze di sicurezza e quindi non si può far nulla, neanche dormire assieme.

Anche se uno dei due fa un tipo di lavoro che può essere a rischio o presenta sintomi bisogna rispettare tutte le cautele del caso, compreso il dormire separati.

Nel caso in cui non ci siano queste problematiche si sconsiglia di baciare il partner in quanto aumenta la possibilità di propagazione del virus.

Per i single o per le coppie non conviventi la sessualità incontra un temporaneo rallentamento.

E' poi un momento particolarmente complicato per gli amanti e per gli habitué degli incontri occasionali clandestini viste le limitate possibilità di spostamento e il tempo trascorso in misura maggiore a casa.

Finito questo periodo di quarantena assisteremo forse a un aumento di separazioni.

Per chi vive da solo o è in coppia, ma non vive con il partner può essere d'aiuto la tecnologia, il sexting, anche se c'è il rischio per la privacy, le videochiamate, i sex toys.

In questo periodo il loro acquisto è aumentato del 50%. Ci sarà anche un aumento di vendita di sex toys a controllo remoto, grazie ai quali le persone possono coinvolgersi con le persone a distanza.

In questo periodo la sessualità, oltre che essere consentita quando è sicura, è perfino consigliata proprio come misura antistress.

Se da un lato l'intimità può trarre beneficio dalla maggiore disponibilità di tempo casalingo, dall'altra dobbiamo anche pensare che viviamo in un periodo ricco di tensioni e di preoccupazioni circa la propria salute e dei propri cari e le incognite economiche.

Ansia e preoccupazioni sono nemiche di una buona sessualità.

Ad ogni modo la coppia può fare tesoro di questo momento particolare di quarantena per migliorare la comunicazione di coppia e nella sessualità può esplorare nuove potenzialità della propria intesa erotica.

Questo sarà un ottimo valore aggiunto quando tutto ciò sarà alle spalle.