

IL DESIDERIO di LEI in CALO e IL DESIDERIO di LUI NO: COME CONCILIARE??

Brevi riflessioni in 3 puntate

I dedicata alla coppia II dedicata a lei III dedicata a lui

Seconda puntata dedicata a LEI

La riduzione e talvolta la scomparsa del desiderio sessuale nella donna è situazione assai frequente dopo i 50 anni di età e riconosce varie cause.

Le modificazioni ormonali rendono la donna più vulnerabile e più insicura e ciò non aiuta nel proporsi serenamente nella relazione sessuale.

Spesso la donna è consapevole di aver accumulato chili di peso in più e questo la rende meno propensa a mettersi in mostra ed a esercitare la seduzione.

L'essere legata in coppia magari da molti anni ha ridotto le aspettative piacevoli legate alla relazione sessuale causando, talvolta, delle esasperazioni intorno a difficoltà di coppia che spengono ogni desiderio di vicinanza.

Tutto ciò non deve bloccare la donna che, alle soglie dell'età dell'oro, ha la possibilità di:

- Sottoporsi ad una valutazione delle proprie condizioni ormonali e procedere ad integrazioni se necessarie
- Iniziare un riequilibrio dello stile di vita che preveda attività motoria ed alimentazione controllata, oltretutto piacevole, in base alle proprie esigenze nutrizionali
- Aprire un sereno confronto col partner circa i punti critici della relazione e....farsi aiutare da un sessuologo per analizzare e gestire i punti di attrito

Prof Chiara Manieri endocrinologa ed androloga

Dott.ssa Enrica Matta psicologa, psicoterapeuta e sessuologa

clinica manieristudiomedico@libero.it Centro Età dell'Oro tel 0113291026

