

Il sesso post pandemia è smart, slow e kinky. Serve un sex coach?

Pubblicato: Lunedì 29 Agosto 2022



Quest'anno Riccardo, 11 anni, ha avuto un mix di “esperienze sessuali” che hanno compreso: il corso sull'affettività offerto agli alunni di quinta elementare da due psicologhe; l'incontro imprevisto insieme agli amichetti con un video hard “in fondo in fondo” ai risultati di ricerca di un test sulle competenze calcistiche; la visione di varie versioni di “Siamo fatti così” e libri propinatigli dai genitori. Come per molti, è questo l'inizio della sua comprensione e del rapporto complicato con la propria sessualità e quella degli altri. (foto: Foto di **Mauricio A.** da **Pixabay**)

Il sesso è una dimensione relazionale della vita umana piuttosto significativa, e altrettanto complessa. Non solo in Italia, rimane un tabù e oggetto di strumentalizzazioni a fini politici, di business, di vantaggio personale. Mentre nella progressiva Finlandia la premier è sotto attacco per i **baci saffici** del party organizzato nella sua residenza ufficiale, nella secolarizzata Italia, i candidati politici si lanciano anatemi su **BergamoSex**, la “festa erotica più divertente dell'anno”.

SESSO E PANDEMIA

La pandemia ha complicato il quadro perché gli italiani hanno fatto mediamente meno sesso. Oltre il 35% degli italiani ha riportato un cambiamento nell'attività sessuale durante i mesi di lockdown nazionale, con l'8% che ha aumentato e il 27% che ha diminuito tale attività, secondo uno studio italiano, condotto da un consorzio di ricercatori dell'Istituto Superiore di Sanità, dell'Istituto di Ricerche

Farmacologiche Mario Negri IRCCS, dell'Università di Genova e dell'Università di Pavia. Anche secondo una recente indagine condotta online dalla Sia, la Società Italiana di Andrologia, su oltre 1.000 uomini il 60% ha riferito un calo del desiderio e di aver diminuito attività sessuale durante il lockdown. Però arriva anche qualche segnale positivo. Un recente sondaggio online su 1.559 adulti conferma che oltre il 50% ha presentato un calo dell'intimità relazionale durante la pandemia Covid, ma il 20% ha ampliato il proprio approccio sessuale con nuove modalità.

Alessandro Palmieri, presidente Sia (società italiana di andrologia) e docente di urologia dell'università Federico II di Napoli, ci mette in guardia. "Con la progressiva eliminazione delle restrizioni si permetterà all'Italia una graduale ripresa delle normali abitudini relazionali, ma il maschio italiano alla ripresa della normalità, in molti casi dopo aver contratto e sconfitto il Covid- 19, non supererà i suoi problemi. Per gli uomini che sono stati contagiati, gli studi suggeriscono che l'infezione arrivi a portare a un aumento del rischio di disfunzione erettile, con un'azione diretta del virus sulla funzionalità dei corpi cavernosi del pene attraverso una diminuzione della produzione di ossido nitrico, il principale mediatore dell'erezione".

I NUOVI SEX-TREND

Davanti a questa sfida si presentano alcune nuove tendenze: il sesso diventa 4.0 per mutuare un concetto dalla trasformazione digitale. Arriva il sesso smart-tecnologico, a base di media digitali, il sesso-slow, come il cibo, a base di mindfulness e coinvolgimento sensoriale a 360° e, infine, si smarca sempre più il sesso kinky, stravagante, non convenzionale, sulla scia di 50 sfumature di grigio (**qui una guida esaustiva** sull'argomento).

Il piacere a distanza diventerà normale, tanto più che la tecnologia offre soluzioni sempre migliori. Il cybersesso necessita però di conoscenze per essere in grado di esprimere fantasie e desideri attraverso i media audiovisivi e testuali, commenta Marco Silvaggi, psicologo e sessuologo, socio straordinario della SIA.

Tutto questo richiede un'evoluzione e mediazione culturale che spesso passa attraverso la nuova figura del sex-coach, l'esperto della sfera sessuale per imparare nuovi strumenti e modalità per una relazione sessuale appagata. Lo testimonia la dott.ssa Maria Beatrice Toro, psicologa, psicoterapeuta, docente, autrice e voce guida di Sessualità Consapevole, il nuovo programma di meditazione di **Petit BamBou** che ci introduce al valore delle pratiche di consapevolezza per la sfera sessuale: "Oggi siamo ipercoinvolti in una sessualità fatta di immagini e virtualità, si parla sempre più di bellezza, forma fisica, cibo e fitness, ma ci sono altri modi di realizzazione sensoriale, che passano attraverso un contatto amorevole e consapevole con il corpo". A questo [link](#) i suoi 10 consigli per una Sessualità Consapevole.

Per chi vuole godersi l'estate sex della Rai, consiglio "Sex" il programma di Angela Rafanelli la domenica in seconda serata su Rai 3.

"Commetti il più vecchio dei peccati nel più nuovo dei modi", William Shakespeare.

di [Giuseppe Geneletti g.geneletti@methodos.com](mailto:g.geneletti@methodos.com)