La prima volta - Quale è l'età giusta? - Fa male?

Categoria : MISTERI NASCOSTI
Pubblicato da Antonella Ianniello in 11/3/2010

Quale è l'età giusta? - Dal punto di vista puramente fisico per una ragazza dopo l'arrivo delle prime mestruazioni. Dal punto di vista psicologico l'età giusta è quando si può vivere questa esperienza con serenità e con convinzione. Dal punto di vista pratico, quando si è in grado di prendere le giuste precauzioni. Conviene aspettare almeno di avere 16 anni e oltre. Non c'è alcun motivo di affrettarsi.

Fa male?

Dipende dall'imene, dalla sua conformazione ed elasticità. Normalmente, per la sua lacerazione, si verifica un certo sanguinamento, ma non sempre. Talvolta, se l'imene è particolarmente elastico non si verifica. In taluni casi, specialmente se la coppia è inesperta e titubante, la lacerazione si può verificare in rapporti successivi. E' importante affrontare l'evento rilassati e convinti.

Il dolore che si prova la prima volta è dovuto alla rottura dell’imene?

No, la rottura dell’imene può, al più, dare un piccolo fastidio transitorio. Più frequentemente il dolore nasce da una tensione che si manifesta quando l’esperienza non è davvero desiderata, quando è vissuta con sensi di colpa, quando è temuta una gravidanza e quando vi è un disagio nei confronti del proprio corpo. In questi casi la tensione si ripercuote sul rilassamento della muscolatura vaginale (in particolare dell’ingresso della vagina) e sul livello di eccitazione (con conseguente mancanza di lubrificazione) che potranno essere i responsabili del dolore.

Siamo una giovane coppia che ha deciso di fare un rapporto completo, ma accade che ogni volta che proviamo lei sente forte dolore durante la penetrazione. Lei è vergine e prima di fare l'atto completo facciamo molti preliminari, ma, nonostante lei sia molto lubrificata, sente forte dolore. Vorrei sapere se sono io a produrre questo dolore oppure è una questione psicologica dovuta ad incertezza, nonostante anche lei abbia desiderio di fare l'amore con me.

Il dolore è determinato, molto probabilmente, da uno spasmo involontario dei piccoli muscoli che sono all’ingresso della vagina. Per escludere altre cause, comunque, è necessaria una visita ginecologica. Di solito il problema è psicologico è può essere ben affrontato e risolto con una terapia sessuale di coppia, anche se a volte, instaurandosi un clima di maggiore fiducia e tranquillità può risolversi spontaneamente.

Stiamo per farlo ma poi lei si ritrae, come devo fare? Devo forzarla?

Bisogna rispettare la sensibilità della partner e le sue titubanze. E' importante che il grado di eccitazione raggiunto durante i preliminari sia tale che il desiderio superi le paure e tutto si svolga con naturalezza e passione.

La donna perde sempre sangue al primo rapporto?

Non sempre, perché dipende dalla forma dell’imene. Questa formazione ha forma, consistenza ed irrorazione sanguigna variabile. Così, se è molto sottile la sua lacerazione, con il primo rapporto sessuale non comporterà alcuna perdita ematica. Come pure, evidentemente, se, come qualche volta accade, non è presente e se è così elastica da non rompersi durante i rapporti sessuali.

Mettere il preservativo rovinerà l'atmosfera?

Se dopo i preliminari, quando il grado di eccitazione è elevato, si procede ad indossare il preservativo con naturalezza, non ci sono problemi. Anzi, l'utilizzo di questo strumento di prevenzione aggiungerà tranquillità al rapporto.

Non abbiamo avuto un rapporto completo, può essere rimasta incinta? Il coito interrotto à sicuro?

Specialmente nelle prime esperienze, anche perché si trascurano le precauzioni e si viene presi da sensi di colpa, nonostante non si completi il rapporto, si teme fortemente una gravidanza. Questi stati di ansia possono anche causare dei ritardi. Se il rapporto non è completo il rischio è molto limitato, anche se una piccola percentuale di rischio c'è. Conviene evitare queste situazioni adottando preventivamente le necessarie precauzioni: l'uso del preservativo e l'utilizzo della pillola.

Posso prendere la pillola senza che i genitori lo sappiano? Posso prendere la "pillola del giorno dopo" senza dirlo ai genitori?

La legge 193 prescrive che gli operatori sanitari devono promuovere la contraccezione tra i più giovani, per cui non ci dovrebbero essere problemi nel rivolgersi ad un medico per la prescrizione. Ci si può comunque rivolgere allo spazio giovani nei consultori di quartiere.

Il primo rapporto sarà soddisfacente come quelli che verranno dopo?

Probabilmente no, perché a provare piacere si “impara” poco alla volta. Occorre sviluppare la confidenza con il proprio corpo, conoscerlo a poco a poco, scoprire quali sono i punti più sensibili, i gesti ed i movimenti preferiti. E, soprattutto, senza paure e timori. E riuscirci durante la “prima volta” è un po’ difficile.

Lei ha già avuto esperienze io no, sarò all'altezza?

Non bisogna mai preoccuparsi ed anzi affrontare la situazione con naturalezza. L'ansia da prestazione è infatti la maggiore causa di problemi per i maschi.

C'è pericolo di contrarre l'aids anche con partner giovani?

Si, c'è questa possibilità. Nel caso di incontri occasionali o di scarsa conoscenza del partner è indispensabile utilizzare il preservativo. Bisogna ricordare che oggi circa l'80% dei contagi avviene

tra coppie eterosessuali.