

❶ Anorgasmia feminina: um retrato ainda atual da mulher em parceria

O Transtorno do Orgasmo feminino, disfunção orgástica ou anorgasmia, para nossa melhor compreensão, anteriormente conhecido como Orgasmo feminino inibido, pode ser definido como um atraso ou ausência persistente ou recorrente do orgasmo feminino, manifestado por sua ausência ou retardo após uma fase de excitação sexual adequada em termos de foco, intensidade e duração. Em outras palavras, é a falta de sensação de orgasmo na relação sexual. E, de maneira alguma deve ser considerado como uma doença física ou algo parecido. Não se considera, porém, essa inibição como anorgasmia se a mulher é capaz de atingir o orgasmo por meio da automanipulação do clitóris. Há que se evidenciar que a ocorrência de anorgasmia entre os homens é muito menos frequente.

Geralmente, a atitude de negar a anorgasmia é a primeira atitude defensiva para muitas mulheres. De fato, entre de 6 a 7 entre cada 10 mulheres têm dificuldade ou incapacidade, por causas diversas, de chegar ao clímax na relação, isto é, de terem orgasmo. Dessa forma, pode-se pressupor que, a grande maioria falta com a verdade para seus parceiros, fingindo o que o sentiram quando este fato não aconteceu. E se pensamos que este panorama retrata uma realidade distante, dos nossos antepassados, que data de quando as mulheres deveriam prestar submissão aos maridos e qualquer manifestação de prazer numa relação sexual era condenável, afirmo que não. Os números são atuais e indicam que a maioria das mulheres padece de anorgasmia.

A anorgasmia é a disfunção sexual mais comum que chega aos consultórios médicos e psicoterápicos juntamente com a falta de desejo pelo parceiro, quando não aparecem concomitantemente. O diagnóstico de anorgasmia de baseia na decisão de profissionais da saúde (médicos, psicólogos especializados, sexólogos) ao levar em consideração fatores como: (1) a capacidade de atingir o orgasmo da mulher é menor do que seria esperado para a idade dela; (2) considerações acerca da experiência sexual da pessoa em questão; e (3) a adequação da estimulação sexual que recebe. Podem ter fatores biológicos a ela associados, como, doenças, problemas hormonais, algumas alterações neurológicas, uso excessivo de álcool ou drogas psicoativas, dentre outras causas da inibição do reflexo orgásmico já que a capacidade de ter orgasmos da mulher geralmente aumenta ao longo de sua vida. Portanto, uma mulher ao identificar a falta de orgasmo pelo parceiro deve procurar um médico de sua confiança como ou clínico geral ou um ginecologista para verificar possíveis causas orgânicas para sua sintomatologia.

Caso persistam os sintomas, depois do encaminhamento e do possível tratamento indicado, o único caminho a se tomar é procurar o auxílio psicoterápico, levando-se em consideração que a anorgasmia pode estar vinculada a fatores psicológicos a ela atrelados, como:

(1)apresentar sentimentos de culpa em relação atividade sexual;

(2)problemas no relacionamento (brigas, desentendimentos quanto ao que cada um espera do relacionamento e do parceiro);

- (3) alimentar crenças falsas acerca da sexualidade;
- (4) deficiência feminina em assumir o papel erótico;
- (5) a desinformação feminina a respeito do que é o orgasmo e as formas de se alcançá-lo com o parceiro;
- (6) medo de engravidar;
- (7) conflitos a respeito da sexualidade;
- (8) associações de sexo com pecado, com desobediência ou com punições;
- (9) Ter se desenvolvido em uma família com uma educação repressora;
- (10) Tendo uma educação rígida, a falta de conhecimento do próprio corpo e das suas sensações;
- (11) expectativas fantasiosas a respeito do orgasmo, por parte da mulher ou do parceiro;
- (12) o estresse do cotidiano;
- (13) a rotina no relacionamento;
- (14) abuso ou violência sexual durante a infância até a falta de intimidade com o parceiro;
- (15) a falta ou a pouca comunicação entre os parceiros e a falta de habilidade sexual do parceiro, fatores estes que promovem o medo e a ansiedade que são pontos-chave para o desenvolvimento da anorgasmia;
- (16) traumas relacionados ao sexo como por ter sofrido algum abuso pelo parceiro ou por outra figura masculina, do qual as vezes nem há uma lembrança pela pessoa que padece desse transtorno;
- (17) ter tido um histórico de relações dolorosas com quaisquer figuras masculinas.

Consequentemente para a mulher, a anorgasmia pode trazer diminuição da autoestima, inibição do desejo sexual e fuga do relacionamento sexual. O relacionamento entre os parceiros pode ser afetado, pois podem surgir dúvidas sobre o futuro e a diminuição da qualidade do vínculo entre os parceiros. Provavelmente, além destes questionamentos, há uma grande probabilidade dos parceiros se distanciarem fisicamente ou emocionalmente, e acontecerem para ambas as partes casos de infidelidade do parceiro que se sente preterido por interpretar que a mulher que sofre de anorgasmia um pretexto para querer desinvestir da relação. Há ainda a possibilidade do parceiro alimentar crenças e sentimentos de ciúme pela parceira por supor que ela esteja perdendo o interesse sexual por si e, talvez, o esteja destinando para um rival. Em casos como esses, é recomendável a psicoterapia de casal para impedir que a negatividade presente no relacionamento possa arruiná-lo por falta de informação apropriada. Portanto, conjuntamente com o casal desenvolve-se uma re-educação, ao se eliminar falsas crenças e verifica-se e inclui-se informações reais, caso estas não sejam encontradas. O

tratamento psicoterápico, sobretudo, o cognitivo-comportamental percorre os seguintes pontos:

(1) Eliminação das atitudes negativas e prejudiciais em torno da sexualidade em geral e sobre o orgasmo em particular;

(2) Melhorar a relação por meio da comunicação do casal;

(3) Desenvolvimento de um programa de habilidades sexuais, que consiste de uma série de exercícios específicos para a anorgasmia.

Muitos autores concordam em dizer que a anorgasmia pode ser tratada, desde que a mulher colabore no processo do tratamento. E a ajuda do parceiro também é fundamental no processo, pois quando a mulher identifica o seu apoio e incentivo o tratamento é muito mais rápido e tem um índice muito elevado de êxito. Mas, antes de seguir este ou aquele tratamento, lembre-se: um diagnóstico adequado é indispensável para que se assumir qualquer tratamento. O tratamento se faz de acordo com a causa: orgânica, psicológica ou ambas.

Faça um teste para descobrir se você tem problemas de orgasmo com o seu parceiro gratuitamente pelo site: <http://www.thiagodealmeida.com.br/site/testes/anorgasmia/inicio>

Thiago de Almeida é psicólogo especializado no tratamento das dificuldades dos problemas no relacionamento amoroso. Site: <http://www.thiagodealmeida.com.br/> Seu consultório, em São Paulo, fica situado à Rua Álvaro Anes, 65. - Pinheiros - tel.: (11) 3812-5717. E, na cidade de São Carlos, fica situado à rua Dom Pedro II, n. 2066 fone (16) 3374-7534 e (16) 3376-1129.

Veículo: [Site do Thiago de Almeida](http://www.thiagodealmeida.com.br/)

"A responsabilidade das informações educativas apresentadas nas páginas desse site é exclusiva dos seus autores. A reprodução, total ou parcial, dessas informações é permitida, desde que seja citada a fonte editora, seu local original de publicação (brasilmedicina.com) e não sejam incluídas em textos de divulgação com finalidades publicitárias que ferem as normas do CODAME publicado pelo Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo."

BrasilMedicina.com.br 2001© - Todos os Direitos Reservados
www.brasilmedicina.com.br