

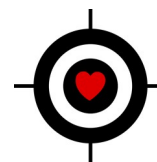
“Compulsão sexual e sexo compulsivo”

Thiago de Almeida

A compulsão sexual é caracterizada por um grande número de fantasias sexuais que ocupam a mente da pessoa, deixando-a inquieta, e que a impede de fazer outras coisas de maneira dedicada, concentrada e coerente. A pessoa espontaneamente apresenta um nível elevado de desejo e de fantasias sexuais, aumento de frequência sexual com compulsividade ao ato, controle inadequado dos impulsos e grande sofrimento. Preocupa-se a tal ponto com seus pensamentos e sentimentos sexuais que acaba por prejudicar suas atividades diárias e relacionamentos afetivos. Daí, a pessoa somente “pensa naquilo” e tem fantasias sexuais durante todo o tempo e não consegue concentrar-se em outra coisa que não sejam estas fantasias. Normalmente, essas pessoas não ficam somente na fantasia, e a doença os leva aos comportamentos sexuais exagerados e, às vezes, perigosos. Considera-se que para determinar um diagnóstico de compulsão sexual, esse comportamento acima descrito deve durar pelo menos seis meses.

A diferença entre compulsão e obsessão está na necessidade repetitiva de realizar atos sexuais. A atividade sexual passa a dominar as atividades da vida diária da pessoa e acarreta prejuízos, ou seja, a pessoa perde o controle do impulso sexual, sente uma constante necessidade de buscar sexo (em muitos casos, não necessariamente com o coito) e, portanto, torna-se dependente dos seus comportamentos relacionados ao intercuro sexual. A obsessão tem menor intensidade de ansiedade e traz menos conseqüências sociais. Em sexo, não há regras definidas para o que seja certo ou errado, muito menos de muito ou pouco. Há pessoas que necessitam de sexo mais do que outras e não podem ser rotuladas de viciadas.

Não é pensar em sexo, mas sim, pensar de uma forma compulsiva, repetitiva, e que não consegue evitar. As mulheres são em menor número na compulsão sexual, mas não na compulsão por comida, álcool, drogas onde a porcentagem é maior.



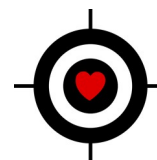
O processo até a compulsão sexual geralmente não ocorre rápido. Podem-se observar níveis diferentes de adição ao sexo, desde masturbação compulsiva e prostituição, a alguns comportamentos parafilicos (perversos) como exibicionismo, *voyeurismo* ou mesmo pedofilia (abuso sexual de crianças) e estupro.

Hoje em dia, com o maior acesso aos meios de comunicação como internet, encontramos uma nova modalidade de hipersexualidade: compulsão sexual virtual (sexo virtual), atingindo mais de 2.000.000 de pessoas que gastam de 15 a 25 horas, por semana, em frente ao computador navegando em sites de sexo.

A compulsão sexual ou Desejo Sexual Hiperativo é uma síndrome que pode se originar de diferentes causas. Por vezes, é visto como um problema de adição e dependência ao sexo, similar às drogadições de cocaína, álcool ou heroína. Pode ser encarado como um problema de comportamento mal adaptado, onde o ato repetitivo de busca de prazer sexual foi aprendido ao longo da vida como tranquilizante, diminuindo sentimentos de ansiedade, medo e solidão. Também podemos compreender esse distúrbio como uma doença, com alterações anormais no balanço de substâncias neurais (neurotransmissores).

Os prejuízos para o compulsivo sexual são muitos, tanto na esfera pessoal e social. Quando é descoberto o preconceito é grande, pois gera medo e ansiedade nas pessoas que convivem com o compulsivo. Desta forma ele é colocado de lado e repudiado pela sociedade. Na esfera pessoal o seu sofrimento por fazer o que não aceita leva desde a dificuldade de relacionamento até o suicídio.

O conjunto de sintomas apresentados pelo Desejo Sexual Hiperativo pode, na verdade, representar transtornos diferentes, cada qual devendo ser tratado de forma distinta, conforme sua possível causa. Existem alguns tratamentos que dependem inicialmente da própria pessoa perceber a necessidade de ajuda e procurar o acompanhamento de um terapeuta que vai tratar a sua grande ansiedade. A psicoterapia é fundamental e busca as raízes do problema. Medicamentos também podem ser usados de uma forma sintomática, diminuindo a ansiedade, dando tempo para se ter os resultados da psicoterapia. Sempre a participação do(a) companheiro(a) é essencial para qualquer terapia, pois é com ela que ele mais convive, mais confia e que nos momentos



de maior ansiedade pode, por meios aprendidos pelo tempo de convívio, aliviar e relaxar o parceiro. Ela deve estimular o tratamento pela psicoterapia e deixar claro que pode contar com a sua ajuda e que espera com os bons resultados do tratamento poder curtir muitos bons e intensos momentos sexuais com muito carinho e afetividade.

Faça gratuitamente o teste e veja se você é compulsivo por sexo:

<http://www.thiagodealmeida.com.br/site/testes/compulsivo/inicio>