

Queixas sexuais

No dia a dia, muitas pessoas em psicoterapia revelam queixas sexuais. Em alguns casos, não é o motivo que as levou originalmente a buscar ajuda psicoterapêutica. À medida em que se comprometem no processo de encarar o que incomoda na sua vida e a investigação clínica se aprofunda, a sexualidade emerge como problema. Tanto no atendimento a homens quanto para mulheres isto acontece, apesar de, na minha prática, observar que os homens busquem a terapia mais por esta queixa inicial. Há uma expectativa social de desempenho, que mexe muito com a autoestima masculina e os mobiliza a buscar ajuda. Muitas mulheres conseguem conviver com a insatisfação sexual por muito tempo, até serem pressionadas por seus parceiros ou ficarem se sentindo incapazes, quando conversam sobre o assunto com amigas.

Na terapia sexual, além de se ter o cuidado de colher a história pessoal (que pode incluir traumas ou não) e familiar (responsável pela transmissão de valores e de crenças – estas, muitas vezes difíceis de mudar e até inverídicas ou preconceituosas), deve-se também investigar se há causas orgânicas. Após uma avaliação clínica por profissionais específicos (ginecologista/ urologista, dependendo do sexo da pessoa atendida ou endocrinologista), sabendo-se se há ou não causas orgânicas interferindo, pode-se definir o planejamento de tratamento.

Muitas vezes, ao se afastarem as causas de organicidade, a pessoa vai ter de lidar com mais ansiedade ainda – que é um dos fatores que mais atrapalham a vivência sexual plena. Afinal, se for algo fisiológico, um comprimido ou cirurgia pode resolver. Quando não, é preciso se abrir para um diálogo mais espontâneo e franco sobre sexualidade, desejos e fantasias com o/a parceiro/a. Independente do nível de escolaridade, muitas pessoas têm dificuldade de falar sobre o tema.

Quando não há um relacionamento estável, por vezes, a pessoa que procura psicoterapia

pode ter mais dificuldades no seu processo – até porque a ansiedade frente a cada nova possibilidade de encontro sexual gera ansiedade e interfere na intimidade e espontaneidade importantes para a prática.

Em relacionamentos estáveis, às vezes a rotina é um problema: com tanta disponibilidade para a sexualidade, muitas vezes ela fica em segundo ou terceiro plano e a vida sexual do casal passa a ser cada vez mais parada – e com isto, muitas vezes desprazerosa, principalmente quando uma das partes resolve 'ceder', vendo o sexo como obrigação conjugal, e não se envolve ou estimula. Sem prazer na relação, continua evitando.

Inúmeras causas podem, pois, interferir na relação do casal e por isto é fundamental uma boa anamnese, não só de quem procura a psicoterapia mas, havendo uma parceria estável, de seu/sua parceiro/a.