



DESEJO SEXUAL

O desejo sexual é um fenômeno subjetivo e comportamental extremamente complexo. Contribuem para a gênese do desejo sexual as fantasias sexuais, os sonhos sexuais, os atos masturbatórios, o comportamento sexual, a receptividade do parceiro, as sensações genitais, as respostas aos sinais eróticos ambientais, entre outros.

Diante dos problemas sexuais é necessário procurar entender se o problema diz respeito ao desejo sexual e/ou desempenho sexual. Tendo em vista que o desejo sexual relaciona-se à atividade sexual envolvendo a motivação, o estímulo e impulso; e, cabendo ao desempenho a excitação e o orgasmo. Cabe ressaltar que, fazer considerações sexuais implica em ter que se levar em conta os valores culturais que inegavelmente exercem uma função moduladora à vivência da sexualidade e do sexo.

Os fatores responsáveis pela diminuição ou perda do desejo sexual são variáveis e múltiplos. Um complexo somatório de eventos leva à inibição da sexualidade: fatores orgânicos como alteração dos neurotransmissores e déficits hormonais; uso de determinado tipo de medicamento que interferem na libido como os ansiolíticos; situações patológicas como estresse, depressão, ansiedade; sentimentos de inadequação, medos, preocupação e insegurança. Instabilidades emocionais como alterações do humor, sentimento de culpa; valores culturais morais e religiosos. Traumas ou informações depreciativas e moralistas dos pais durante a infância; comportamento sedutor e manipulador dos pais durante a infância e adolescência; comportamento sexual dos pais; dificuldade de unir amor e sexo na mesma pessoa. E ainda, situação sócio-econômica desfavorável; desgaste da vida afetiva entre os parceiros; violência psíquica; entre outros.

As causas psicológicas mais comuns costumam estar relacionadas aos estados emocionais tais como: foco voltado para os aspectos negativos da sexualidade; temor da intimidade, do compromisso, de uma gravidez, do prazer socialmente proibido e de ser objeto de chantagem. Além de fatores como insatisfação com a atividade sexual, com o desempenho do parceiro, preocupação em proporcionar prazer e agradar. Vale se certificar se estes problemas, de fato, estão atrapalhando ou tornando essas pessoas infelizes.

A atividade sexual deve ser experienciada como sendo do casal e o sofrimento ou a satisfação devem ser considerados igualmente para ambos. Assim sendo, nas situações de dificuldade a avaliação deve recair sobre o casal e não sobre apenas um dos parceiros.

Alguns sintomas merecem destaque no contexto da alteração do desejo sexual. Um deles é conhecido como “aversão ou evitação sexual”. Consiste no



sofrimento causado pela necessidade de evitar oportunidades de encontros sexuais devido a sensações de desagrado, medo, nojo ou repulsa. O motivo de tal comportamento pode variar do mal-estar em relação às secreções genitais indo até o sentimento de desconforto em relação ao toque ou beijo do parceiro desencadeando sentimento de angústia, pânico, náuseas, suor excessivo e falta de ar quando da aproximação do parceiro.

O desejo sexual hipoativo é outro sintoma marcante onde se observa a diminuição ou ausência total de fantasias e desejos sexuais, o que acarreta o desinteresse tanto pelo sexo como pelo próprio parceiro. Quem vivencia esta situação tem dificuldades no envolvimento apresentando falta de intimidade ou reciprocidade, o que leva a diminuição da frequência sexual.

Alguns indivíduos deixam de sentir estímulo porque o parceiro não corresponde às suas expectativas sexuais; ou, porque o considera pouco atraente ou incapaz de despertar o interesse; porque a intimidade psicológica não é estabelecida; ou ainda, quando há sentimentos de mágoa, decepção e incompreensão. A decepção com a vida conjugal e a forma como a relação está sendo partilhada são fatores predisponentes a traição conjugal.

Para que um casal continue a ter relações sexuais é preciso que preencha as fantasias um do outro no tocante a higiene, carinho, companheirismo, erotismo, compreensão, segurança, cuidados físicos, performa e partilha da intimidade. Também tem que se conhecer a forma como gostam de praticar o sexo e a tudo isso corresponder certa afeição, admiração, simpatia e amor. Pois o fato de um dos parceiros não se sentir à vontade com a atitude sexual do outro, mesmo que sejam companheiros e tenham apreço um pelo outro, o sexo será insatisfatório.

É importante as pessoas sentirem-se livres para optar por suas vidas e vivenciar plenamente sua sexualidade, de forma que se tornem e façam o outro feliz. Independentemente dos valores e padrões sociais que estejam “submetidos”. Pois sabe-se que a cultura exerce uma forte influência sexual estabelecendo padrões de comportamento. Os meios de comunicação e propaganda banalizam o comportamento sexual sugerindo a liberdade sexual. Deste modo, aquele que sai à noite e não consegue “pegar” ninguém, sente-se culpado e inferiorizado passando a acreditar que tem algum problema.

A qualidade, quantidade e característica da atividade sexual devem ser consideradas sadia quando satisfaz quem dela participa, e deve ser considerada anormal quando proporciona insatisfação, sofrimento ou frustração. Desta forma o critério de saúde sexual é subjetivo, porque é exclusivamente pessoal.

Dr. Maurício Aranha - **Sócio**-Fundador da ANERJ - Associação dos Neurologistas do Estado do Rio de Janeiro. Filiado da SBNeC - Sociedade Brasileira de Neurociências e Comportamento da USP. Filiado da APERJ - Associação Psiquiátrica do Estado do Rio de Janeiro (Federada da ABP – Associação Brasileira de Psiquiatria e da WPA - Associação Mundial de Psiquiatria). Pesquisador do Núcleo de Ciências Médicas, Psicologia e Comportamento do Instituto de Ciências Cognitivas. **Formação:** Medicina pela Universidade Federal de Juiz de Fora, Brasil. Psiquiatria Forense pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil. Psiquiatria pela Universidade Estácio de Sá, Brasil. Psicopedagogia Clínica e Institucional pelo Grupo de Ação Educacional, Brasil. Psicologia Analítica pela Universidade Hermínio da Silveira e Instituto Brasileiro de Medicina de Reabilitação, Brasil. Neurolinguística pelo Instituto NLP in Rio & NLP Institut Berlin, Brasil/Alemanha. Neurociência e Saúde Mental pelo Instituto de Neurociências y Salud Mental da Universidade da Catalunya, Espanha. E-mail: ma@icc-br.org