

Procedi con dolcezza e con circospezione, non tentare di vincere con un colpo violento la resistenza della corolla chiusa ; impara a padroneggiare l'impetuosità del tuo desiderio e se la natura ti ha creato troppo potente, non esitare a procrastinare ai giorni successivi i tuoi tentativi...

La verginità è il termine utilizzato per definire la condizione fisica di una persona che non ha mai sperimentato un rapporto sessuale completo.

In un senso più ampio del termine, il termine "verginità" indica uno stato di purezza; lo stato di verginità in alcune culture è considerato un valore spirituale, religioso e morale, in particolare dove i rapporti sessuali pre-matrimoniali sono osteggiati, in relazione a determinate norme sociali o religiose.

Per gli uomini, in passato, il primo rapporto sessuale era un momento di passaggio che segnava l'ingresso tra gli adulti, era sperimentato tra 18 e 19 anni, a volte prima, solitamente al di fuori di una relazione di coppia, spesso con donne non vergini o prostitute. Al contrario, la maggior parte delle donne nate nello stesso periodo sono giunte vergini al matrimonio, o hanno avuto comunque il primo rapporto con il futuro marito poco tempo prima delle nozze, a un'età compresa tra 20 e 22 anni. La sessualità femminile era sottoposta a un rigido controllo sociale, ed era legata esclusivamente alla formazione di una famiglia e alla procreazione.

Questo schema è rimasto pressoché immutato sino alle generazioni nate negli anni Cinquanta, che nel corso degli anni Settanta hanno vissuto un periodo di grandi cambiamenti sociali (legislazione sul divorzio e nuovo diritto di famiglia, movimento femminista). In questo contesto i rapporti sessuali

prematrimoniali si sono diffusi tra i giovani e la verginità ha perso valore anche per le donne, la cui età mediana è scesa fino a 19 anni, man mano che la separazione tra vita sessuale e riproduzione diventava sempre più netta, così che tra le nate a fine anni Sessanta appena il 10% sono arrivate vergini al matrimonio.

Per gli uomini nati nello stesso periodo l'età al primo rapporto è rimasta pressoché stabile. È mutato invece il contesto del primo rapporto: con una ragazza della stessa età, e spesso in una relazione di coppia.

Tra le generazioni nate negli anni Ottanta è proseguita la tendenza ad anticipare il primo rapporto, con una ulteriore riduzione di circa mezzo anno, che ha riguardato sia uomini che donne. È aumentata sensibilmente anche la quota di giovani che ha il primo rapporto precocemente, sebbene questa tendenza sembri arrestarsi per i nati nel 1995.

Si tratta di dati che devono certamente far riflettere, ma lontani dall'esercito di cubiste quindicenni di cui parlano spesso i mass media, che in realtà costituiscono solo una piccola minoranza, per quanto appariscente, degli adolescenti italiani.

La cosiddetta "prima volta" è un evento spesso carico di aspettative, paure e curiosità, non sempre in presenza di informazioni adeguate.

L'adolescente quindi arriva spesso alla sua prima esperienza sessuale attraverso le informazioni tratte da internet, o da racconti di coetanei, spesso fonti inadeguate dal punto di vista emotivo.

Questo "rito iniziatico" personale segna il passaggio

dall'autoerotismo alla sessualità condivisa, alla quale si accede non solo sulla spinta delle proprie pulsioni erotiche, ma anche del desiderio di entrare nel mondo degli adulti e da motivazioni affettive e relazionali.

Generalmente, sul piano personale, esistono ancora differenze: le ragazze, ad esempio, hanno imparato ad associare il rapporto sessuale all'amore e spesso spiegano il proprio comportamento sessuale con la convinzione di essere state trasportate dalla magia del momento e dalla volontà di soddisfare i desideri della persona amata, piuttosto che dalla scelta personale e la risposta ai propri bisogni o desideri; nei ragazzi invece il copione sessuale sottolinea l'appagamento dei desideri sessuali e il raggiungimento della "scarica di tensione erotica".

Uno studio pubblicato sul Journal of Sex Research ha riportato notizie incoraggianti per quanto riguarda il primo rapporto sessuale: la prima volta sembra essere oggi un'esperienza più positiva rispetto a qualche decennio fa. La Dott.ssa Susan Sprecher, autrice dello studio, ha infatti raccolto brevi sondaggi sulla sessualità tra gli studenti della sua Cattedra di Sociologia della Sessualità Umana, all'Illinois State University, tra il 1990 e 2012. Al campione, costituito da 5.769 soggetti per la maggior parte di sesso femminile (64%) di età compresa tra 18-21 anni, è stato chiesto di riportare le emozioni percepite in relazione alla loro prima volta, scegliendo fra tre dimensioni: piacere, ansia e senso di colpa.

I risultati della ricerca hanno indicato che le donne mostrano una tendenza, negli ultimi anni, a giudicare più positivamente la loro perdita di verginità rispetto al passato, facendo meno

riferimento a emozioni di colpa; per gli uomini, invece, le dimensioni emotive sembrano rimaste piuttosto costanti nell'arco temporale considerato. Tali risultati suggeriscono l'esistenza, in entrambi i sessi, di una maggiore consapevolezza nel voler vivere una sessualità volta al benessere psico-sessuale, che riesca quindi a superare possibili stereotipi e sentimenti negativi talvolta radicati nella cultura di appartenenza.

L'esperienza del primo rapporto sessuale, pertanto, assume nel tempo significati diversi secondo l'importanza data alla sessualità nei diversi contesti e risulta in genere gratificante dove l'educazione al piacere non è stata ostacolata o colpevolizzata nel processo di crescita e formazione dello sviluppo individuale. Per poter godere appieno della sessualità occorre inoltre avere una buona conoscenza e accettazione del proprio corpo, sapendo ascoltare ed elaborare le sensazioni fisiche ed emotive che da esso provengono e riuscendo ad entrare in una relazione intima con l'altro/a.

Tutto facile quindi ?

I ragazzi si avvicinano alla prima volta con la paura di non essere all'altezza della situazione, di non avere un pene sufficientemente grande, di non avere un'erezione valida e sufficiente alla faticosa e faticosa prima penetrazione, di non durare quanto basta per soddisfare la partner e di essere troppo veloci nel raggiungere il piacere . Per le ragazze invece questa esperienza è spesso associata alla paura del dolore.

Diventa essenziale per entrambi l'età giusta, la persona giusta, l'ambiente giusto.

Che significa?

- L'età giusta. Spesso la prima volta segue le mode del momento, i tempi degli altri, ma raramente il bisogno e la maturazione interiore.

Non esiste un'età cronologica giusta e uguale per tutti, ma un'"età soggettiva" adeguata, frutto dell'intersecarsi della maturazione fisica, psichica e relazionale, al fine di rispettare ed ascoltare sia il "corpo biologico che psicologico".

- La persona giusta. Anche in questo caso, leggende, mite e aspettative si mescolano creando confusione. La persona giusta, non è il primo che capita, disposto a transitare velocemente alla vita adulta, né il principe azzurro per la ragazza né la donna vergine da sposare per il ragazzo, ma il compagno che per età, esperienze di vita, empatia emozionale e sessuale, si può approcciare a questa importante esperienza con calore, calma, affetto e dolcezza.

- Ambiente giusto. L'ambiente giusto è un elemento di fondamentale importanza, sia per proteggere quest'esperienza intima da occhi indiscreti, che per tutelare da quote d'ansia e attacchi acuti di paura.

Quali sono ancora oggi i dubbi più frequenti che abitano il primo rapporto sessuale?

" Farà male?

"Sarà quello giusto?"

"Sarò capace?"

" E se poi non Lui /lei mi piace?"

"E se poi non mi vuole più?"

" Mi posso fidare di Lui /Lei? "

" Saprò darle/ gli piacere ?

" E' innamorata/o?

" Lo faccio solo per Lui "

" Andrà tutto come nei film o come su Youporn ?"

"A livello nazionale, il 26% dei maschi di 15 anni dichiara di aver avuto un rapporto sessuale completo, mentre la percentuale è più bassa tra le femmine (18%).

Rispetto all'età del primo rapporto, non emergono differenze né di genere, né fra le Regioni: l'età media risulta infatti, ovunque, pari a circa 14 anni sia per i maschi che per le femmine.[...]

Rispetto alle abitudini sessuali la quota di quindicenni italiani che dichiara di aver avuto un rapporto sessuale completo risulta inferiore per entrambi i generi al dato internazionale che si attesta per i maschi al 29% e per le femmine al 23. L'aver fatto uso di preservativi nel corso dell'ultimo rapporto completo risulta invece in linea con la media internazionale per i maschi, inferiore per le femmine.

Più di un terzo di oltre 1.000 giovani "under 20", intervistati dalla SIGO, ha dichiarato la propensione a consumare il rapporto già dopo il primo incontro; per la metà di essi non c'è una regola e solamente il 4% attende di essere ufficialmente una coppia. Per oltre la metà dei ragazzi il primo rapporto avviene tra i 15 e i 17 anni, ma addirittura un terzo ha rapporti sessuali completi prima dei 15 anni. Solo il 39% dei giovani usa abitualmente il preservativo, il 37% ritiene inutile l'utilizzo combinato di pillola e preservativo, il 14% li considera un ostacolo al rapporto. Più dei numeri colpiscono le ragioni con cui i giovani giustificano la

scarsa protezione: per il 19% è una scelta precisa (i contraccettivi non piacciono), il 49% non li ha a portata di mano al momento giusto, il 23% li dimentica e il 7% si adegua alle esigenze di un partner contrario all'utilizzo di metodi anticoncezionali. I ragazzi arrivano a considerare di volersi proteggere da gravidanze indesiderate, ma solo difficilmente pensano alle MST, di cui l'unica conosciuta o per lo meno temuta è l'AIDS.

È un errore interpretare la giovane età del primo rapporto come un segno di promiscuità; infatti, la maggior parte degli adolescenti iniziati al rapporto sessuale hanno tali rapporti piuttosto saltuariamente.

Per alcuni e soprattutto per coloro che hanno già provato ad avere un rapporto sessuale come fosse una sorta di esperimento, una volta superato il senso di mistero, l'azione in se stessa diviene molto meno coinvolgente. Ne risulta che per un lungo periodo di tempo fanno l'amore raramente o addirittura mai, talvolta in attesa di incontrare la persona "giusta". Sono gli adolescenti coinvolti in storie d'amore ad avere di solito rapporti sessuali più frequenti e regolari."

La prima volta è anche la più 'rischiosa': come tutte le cose che colgono impreparati, quasi il 40 per cento lo fa senza alcuna protezione.

Meno del 2 % degli adolescenti ha avuto rapporti sessuali al 12° compleanno. In quasi la metà dei casi, e ciò è abbastanza consolante, era la prima volta anche per il partner - mentre l'altra metà delle intervistate ha scelto un partner più anziano ed esperto (questo aumenta il rischio di contrarre malattie sessuali

e non sembra cambiare l'indice di gradimento: il 59 per cento delle ragazze giudica il primo rapporto soddisfacente anche se meno del 15 per cento raggiunge l'orgasmo, perchè prevale la felicità di avere finalmente raggiunto col partner un momento di intimità completa).

In media, i giovani fanno sesso per la prima volta a circa 17 anni. I ragazzi di oggi attendono più tempo prima di avere rapporti sessuali rispetto al recente passato. Nel 2006-2008, era circa l'11% delle donne non sposate di età compresa tra 15-19 e il 14 % dei maschi non sposati della stessa fascia d'età che aveva fatto sesso prima dei 15 anni. Nel 1995 la percentuale degli adolescenti tra i 15 e i 19 che aveva fatto sesso era più alta: le ragazze del 19 % e i ragazzi del 21 %.

Tra gli adolescenti che hanno vissuto un' esperienza sessuale , il 70 % delle femmine e il 56 % dei maschi riferiscono che la loro prima esperienza è stata con un partner stabile , mentre solo il 16 % delle femmine e il 28 % dei maschi riferisce di prima di fare sesso con qualcuno che avevano appena incontrato o semplicemente con un amico.

Gli adolescenti degli Stati Uniti e dell' Europa hanno livelli simili di attività sessuale. Tuttavia, gli adolescenti europei probabilmente utilizzano più contraccettivi rispetto agli adolescenti degli Stati Uniti e sembrano utilizzare i metodi più efficaci; essi hanno quindi dei tassi di gravidanza sostanzialmente più bassi."

Per i giovani che potranno frequentare l'università a tempo pieno, e tra i giovani che effettivamente frequentano l'università, i comportamenti sessuali a rischio (così come l'uso di alcol / altre

droghe) spesso aumentano nella tarda adolescenza e la prima età adulta.

Al contrario, per i giovani che si sposano e diventano genitori presto, i comportamenti sessuali a rischio e il consumo di sostanze, spesso diminuiscono nella tarda adolescenza, in quanto assumono più responsabilità, diventano adulti.

E la contraccezione ?

Quando si parla di educazione sessuale e contraccezione, leggende e false credenze continuano a imperversare tra le ragazze italiane. Il 31% delle giovani ritiene che il coito interrotto sia un efficace sistema contraccettivo. Per il 29% non si può rimanere incinta durante la prima esperienza sessuale; e ancora, solo il 16% sostiene di sentirsi ben informata su tutti i metodi a disposizione, il 70% sotto i 30 anni è costantemente preoccupata di dimenticare il contraccettivo in uso e il 19% ha affrontato una gravidanza indesiderata.

Spesso l'utilizzo del condom da parte della coppia adolescente avviene senza alcun tipo di colloquio informativo preliminare, in base al presupposto della sua facilità di impiego. Questo

probabilmente è alla base della maggiore frequenza di fallimenti contraccettivi nella popolazione adolescenziale (fino a 10 su 100 nel corso di un anno) rispetto a quello di coppie più esperte, in cui si ha un tasso di fallimenti inferiore a 2 su 1000. Un passaggio di informazione attento invece può evitare quelli che sono i più comuni errori di uso del metodo: il contatto genitale prima di inserire il profilattico o successivamente al rapporto dopo averlo tolto; lo scivolamento per perdita dello stato erettile durante il rapporto o subito dopo l'eiaculazione; la cattiva conservazione

per esposizione al calore, il danno meccanico tramite le unghie o l'effetto di danno chimico di creme ed oli applicati a livello vaginale (vasellina, oli per neonati, antifungini, antibatterici, estrogeni topici).

Il condom è il contraccettivo di scelta nelle situazioni in cui è consistente il rischio di esposizione a malattie a trasmissione sessuale, cioè di fronte a ragazzi che tendono ad avere un ricambio di partner sessuali, in cui si sospetta l'uso di sostanze psicotrope che sono tendenzialmente immunodepressive o di età molto giovane conseguentemente, con difese immunitarie cervico-vaginali non ancora mature. Il profilattico infatti è notoriamente una barriera efficace contro *Trichomonas*, *Chlamydia*, *Gonococco*, *HIV*, *Citomegalovirus*, *Virus dell'epatite B*, *Herpes virus* e *Papilloma virus*. E' stata però dimostrata la possibilità di passaggio di particelle virali da lesioni cutanee in aree non protette dal profilattico, oltre che nei casi di rottura accidentale; per questo la riduzione di rischio relativo d'infezione da HPV è assai inferiore a quella che si riscontra in coppie monogame. Dal 1995 è sostanzialmente stabile l'uso del profilattico, la cui vendita non è in crescita nonostante l'aumento esponenziale della promiscuità sessuale

E poi c'è la contraccezione di emergenza...

Dal giugno 2006 al luglio 2007 sono state acquistate in Italia 356.000 confezioni di "pillola del giorno dopo". Il 55% delle utilizzatrici è costituito da ragazze al di sotto dei 20 anni..

Dal 1995 non vi è un calo nelle interruzioni volontarie di gravidanza nella fascia adolescenziale, mentre diminuiscono quelle di donne superiori ai 30 anni.

Nella fascia adolescenziale sotto i 20 anni aumentano le interruzioni di gravidanza da parte di ragazza italiane.

Tra i 20 e i 24 anni l'aumento è invece soprattutto dovuto alle ragazze immigrate .

Per le ragazze, poter parlare più liberamente in famiglia, fa sì che il comportamento sessuale possa perdere alcune componenti di disapprovazione, di perdita di autostima, che facilitano anche comportamenti a rischi

Non dimentichiamo che essere adolescenti significa essere leggeri, è vero, ma anche confusi, depressi, complessati, insicuri e maldestri. Adolescenti che vogliono crescere e imparare cosa significa essere autonomi, sapersela cavare da soli, osare, sfidarsi. Se impariamo a trasmettere loro un senso di fiducia e di amor proprio, affrontare un rapporto sessuale sarà un'esperienza meno traumatica e più vicina a ciò che realmente dovrebbe essere: una piacevole esperienza di contatto con un altro essere umano, la ricerca del piacere che è alla base della vita.

Bibliografia

SIGO Società italiana di ginecologia e ostetricia .Scegli TU

13°Congresso della European Society of Contraception Health and Reproductive

Currie C et al (2008) Inequalities in young people's health:International report from the 2005/06 HBSC survey

Currie C. et al (2012) Social determinants of health and well-being among young people: International report from the 2009/2010 HBSC survey