

di **Alessandro Natali**

Responsabile Servizio Andrologia  
Urologia Clinica Urologia 1,  
Università di Firenze



# Calo del desiderio: Perchè succede nell'uomo?

**S**ono in aumento i problemi legati all'abbassamento della libido nel maschio, ma per risolverli occorre capirne a fondo le cause.

Studi internazionali attestano che nel maschio il calo del desiderio e l'abbassamento della libido sono in crescente aumento e che alla base vi possono essere problemi di natura psicologica, ma anche fisica. Due fattori molto frequenti che possono entrare in gioco sono lo stress cronico e l'ansia prestazionale.

### Rimedi possibili

Prima di cercare un rimedio è necessario comprendere il motivo del problema, cioè fare una diagnosi. Essendo svariate le cause del calo del desiderio sessuale nell'uomo, diverso sarà anche l'approccio per superarle. Il primo passo è dunque consultare uno specialista che in questo caso è l'andrologo (il ginecologo dell'uomo), individuare le cause del problema, verificando la presenza o meno di eventuali patologie che possono nascondersi dietro ad un improvviso calo del desiderio. Solo dopo una diagnosi esatta si passerà alla fase terapeutica per la risoluzione del problema.

### LO STRESS CRONICO

Lo stress cronico, inteso come situazione di disagio esistenziale legato alle preoccupazioni correlate al lavoro, ai problemi familiari ed economici, spesso si può ripercuotere nella sfera sessuale. Questo può far sì che vi sia un vero e proprio calo dell'interesse a fare sesso da parte del maschio, tutto concentrato a far fronte a questa "marea montante" che mette a rischio la sua stabilità di vita. Per cui relega il sesso in un secondo piano rispetto ad altre esigenze che lui reputa primarie.

### ANSIA PRESTAZIONALE

Una delle principali cause della mancanza di desiderio può essere rappresentata dall'ansia da prestazione. Nelle coppie già consolidate essa può dipendere da un'insufficiente funzionamento meccanico in termini di erezione, magari legato a fattori fisici quali diabete, ipertensione, dislipidemie. Questo innesca, da parte del maschio, un vero e proprio meccanismo difensivo che cerca di evitare il ripresentarsi della situazione spiacevole, inibendo appunto il desiderio sessuale.

Ma la cosiddetta ansia da prestazione di può avere anche frequentemente in coppie giovani o in nuove relazioni. In questo caso essa può essere collegata ad un problema di eiaculazione precoce, alla dimensione del membro (percepita come insufficiente dall'uomo), oppure ad una scarsa qualità delle prestazioni precedenti.