

SEXUALIDADE DA MULHER

Fernando da Rocha Camara

Mais de mil trabalhos foram publicados, na literatura médica, foram publicados, acerca deste assunto. Contudo, podemos afirmar que pouco se conhece acerca desse tema, pois o que mais se têm estudado, em sexualidade humana, é a masculina.

O papel da mulher na sociedade moderna tem se tornado cada vez mais significativo e complexo. Sua participação no mercado de trabalho é cada vez maior, com peso significativo no contexto econômico, tanto do país, quanto familiar.

Trabalhando fora, não foi liberada de seus compromissos de mãe, dona de casa, e esposa, devendo manter-se atraente, com silhueta de manequim, estar penteada, bem vestida, maquiada, com as unhas cuidadas, ser motorista dos filhos e contribuir para o orçamento da família, sem melindrar o marido, com seu sucesso profissional e seus rendimentos superiores aos dele.

O descaso com que a sociedade trata os afazeres domésticos, uma atribuição usualmente feminina, à qual não se consegue faltar, mesmo quando doente, se reflete na desatenção da indústria, e da engenharia, com a ergonomia dos aparelhos utilitários de uma casa, e das unidades da mesma. Assim, a dona de casa, seja alta ou baixinha utiliza a pia da cozinha, a mesa de passar, a banheira do nenê, o tanque e a máquina de lavar, a cadeira da máquina de costura, sem regulagem de altura. Ao final de um dia extenuante, se ela disser ao marido que está com dores lombares, ou dor de cabeça, ele vai dizer que é um pretexto para evitar atividade sexual.

Por outro lado, a mulher tem que administrar suas preocupações, com o próprio peso, para perseguir o perfil de uma Gisele, suas dúvidas em procurar o cirurgião plástico, o regime, suas inseguranças pessoais e do cotidiano, com o controle da natalidade, da menopausa, com a violência, urbana e no lar por um parceiro bronco, ou alcoólatra, que desconhece quaisquer aspirações, ou necessidades sexuais da mesma.

Os pais não sabem, no dia a dia, como orientar seus filhos, para os desafios modernos da sexualidade.

A menina cresce em total desinformação sobre sua própria sexualidade, e como conviver com as mudanças psicológicas, e corporais da adolescência, e que cuidados tomar, para se proteger em seu recato, do assédio dos meninos, das DST e de uma gestação indesejável. É surpreendente o alto número de mães, ainda meninas, que mal deixaram as bonecas.

O simples “ficar”, a entrega pessoal da adolescente, a um rapaz atraente, mas com o qual faltem quaisquer vínculos afetivos, ou de comprometimento pode resultar em uma diminuição da autoestima, em DST (doenças sexualmente transmissíveis), como a AIDS e o HPV (papiloma-virus humano, muito comum, que pode predispor no futuro, a um câncer de colo de útero), gravidez precoce, não programada, e o casamento precoce, sem amor, e sem futuro. É assustadora a grande incidência feminina de HIV, pela tolerância que se tem com o comportamento promíscuo masculino, e suas aventuras extraconjugais.

As disfunções sexuais femininas, como a dor ao relacionamento (dispareunia), vaginismo, anorgasmia, baixa de libido, passam muito por um o parceiro desinformado ou desmotivado, preocupado apenas com seu próprio desempenho. A utilização de remédio, é decisão médica, embora não se disponham de drogas específicas. A utilização hormonal pode ser feita com muito critério. Lubrificação com geléias solúveis em água, não detonam os preservativos e podem tornar o ato sexual mais confortável, principalmente quando, após a menopausa, o revestimento mucoso genital se tornar mais fino por diminuição dos estrógenos. Reposição local desse hormônio, pelo ginecologista, quando não houver contraindicações, pode ser favorável.

As drogas orais para disfunção erétil masculina, não se mostraram eficazes no sexo feminino.

Quando necessária, a psicoterapia pode ser muito eficaz.

A mulher que atinge a menopausa é como um botão que se transformou em uma flor aberta, com uma sexualidade presente; por não precisar mais ter medo de engravidar, pode viver sua vida íntima com plenitude. Aumento do peso, não a torna menos atraente e amada, se ainda restar uma chama de amor.

Deve-se procurar restaurar o vínculo afetivo, com um diálogo franco e sereno, sem cobranças, procurando-se voltar a namorar, voltando ao beijo, às mãos dadas, às flores, motel, sair para dançar, novas roupas íntimas, imaginação, amor, romance, privacidade, cumplicidade.

Paralelamente, a mulher deve procurar seu ginecologista, conversar com ele, sobre suas disfunções, dificuldades sexuais, mas deve sempre que possível se fazer acompanhar do parceiro, para que sejam ambos orientados adequadamente.

Quando o marido ou namorado necessite ir ao urologista, por disfunção erétil, ou ejaculação rápida, nada de grilos e preocupações achando que haja outra ou que ele não goste mais dela; será de utilidade que a mulher vá com ele à consulta, pois as inadequações sexuais deveriam sempre receber uma abordagem do casal.

Muitas mulheres são grávidas crônicas, principalmente em regiões menos desenvolvidas. É certo que a amamentação não é método anticoncepcional seguro.

Preservativo sempre, para todos e todas, em relacionamentos ocasionais, ou estáveis, fora ou dentro do casamento. Há algum tempo, de modo muito elucidativo, campanha do Ministério da Saúde colocava o preservativo acima das aliança na prevenção da AIDS. Proteja-se sempre!

Sexo seguro ou nada de sexo.