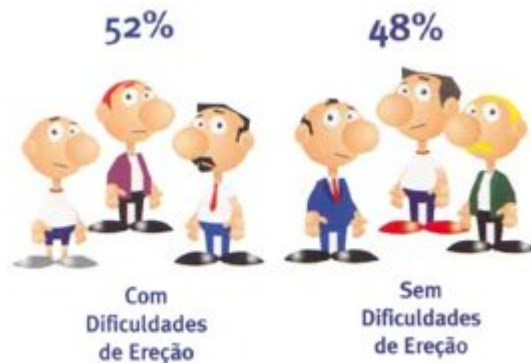


## Sexualidade do casal

Dar e receber prazer é objetivo da mulher moderna e madura. Para alcançá-lo, elas buscam sexo de qualidade, mais diálogo com os parceiros, espontaneidade na relação e se preocupam mais com os impactos das disfunções sexuais, se transformando nas maiores aliadas do parceiro.



O sexo é um dos fatores mais importantes para garantir um bom relacionamento entre os casais. Recentemente, a Organização Mundial de Saúde (OMS) revelou que o sexo é um dos quatro principais pilares que garantem ao indivíduo, em qualquer idade, a qualidade de vida, juntamente com o lazer, prazer no trabalho e harmonia familiar. Um dos fatores que mais impacta na qualidade de vida sexual do casal é a dificuldade de ereção (DE), um problema que no Brasil atinge um a cada dois homens acima dos 40 anos. São mais de 152 milhões de homens no mundo que sofrem com esta disfunção sexual, segundo a OMS.



De acordo com o urologista do Hospital Albert Einstein, de São Paulo, Dr. Charles Rosenblatt existem pesquisas clínicas que demonstram que o homem acometido pela DE (dificuldade de ereção), só procura tratamento após sofrer durante 4 anos com o problema. "O homem não tem o costume de consultar um especialista periodicamente, assim como faz a mulher, por isso, sofre por muito tempo e, quando decide buscar ajuda, o relacionamento a dois já ficou muito comprometido", alerta o especialista.

Uma pesquisa realizada pela Bayer HealthCare, com mais de 14 mil mulheres, em 14 países, inclusive no Brasil, traçou o perfil da "mulher vitalsexual", uma mulher com mais de 40 anos, que admite que gosta de sexo e está preocupada com a qualidade de vida sexual. Segundo o

estudo, 54% das brasileiras se encaixam no conceito de nova mulher moderna, a vitalsexual. O estudo ainda mostra que, dos casais que convivem com a DE, mais da metade das mulheres (58%) expressam o desejo de melhorar a vida sexual. No Brasil, 45% delas, o maior índice entre as entrevistadas de todo o mundo, acreditam que a dificuldade de ereção pode interferir fortemente na qualidade de vida da relação do casal..

"No meu consultório, recebo pacientes com disfunção sexual e trato-os de forma diferenciada. Demonstro que este problema não pode ser tratado isoladamente, com a intensa participação da parceira, sempre com o foco no casal. É preciso esclarecer que não é só o homem que deve buscar auxílio. Ambos devem contar com ajuda profissional e tratar do problema juntos, principalmente em casos de DE, cujos transtornos afetam não só o homem, envolvendo freqüentemente a mulher. Neste cenário, ela é a peça fundamental para o benefício do casal", afirma Rosenblatt. No estudo, 82% das mulheres ouvidas acreditam que a DE necessita de tratamento médico e mais de 69% demonstraram confiança na obtenção de resultados com o uso de medicamentos específicos para o tratamento de DE.

## O papel da mulher

Segundo o psicólogo e terapeuta sexual, Dr. Eduardo Yabusaki, a mulher que incentiva o homem a procurar tratamento é beneficiada, pois conviver com a DE por muito tempo pode causar transtornos capazes de abalar o relacionamento e até causar a separação. "Quando o homem falha na "hora h", a mulher começa a imaginar diversos cenários como por exemplo, o de que o homem está perdendo o desejo por ela, por ela não ser mais atraente ou que ele mantém um relacionamento extraconjugal. Por esta razão, tentar conversar e detectar o problema precocemente é a melhor solução. Uma pessoa que não possui a vida sexual bem resolvida, pode ter problemas em outros setores da vida como profissional e social, pois o indivíduo tem perda de confiança, humor, entre outros fatores", alerta Yabusaki.

A pesquisa revelou também que 57% das brasileiras que convivem com um parceiro com DE já pensou em mudar e melhorar a vida sexual. No estudo, 90% das mulheres entrevistadas acreditam que a satisfação sexual do parceiro é essencial e importante para garantir o próprio prazer. Para os especialistas, isso demonstra a relevância que o sexo tem na qualidade de vida do casal, e por isso, tem de ser preservado e cultivado de forma saudável.

## Sobre DE

Também conhecida como impotência sexual ou disfunção erétil (DE), a dificuldade de ereção é caracterizada pela incapacidade de obter ou manter uma ereção satisfatória para a atividade sexual. O problema pode se manifestar em homens de qualquer idade, podendo ser uma condição permanente ou em ocasiões específicas, como em casos de estresse. As causas podem ser orgânicas, psicogênicas (psíquicas) ou mista. Quando de causa orgânica, frequentemente está associada a doenças como diabetes ou doenças vasculares.

**Questionário IIFES serve para avaliar a função sexual. Preenchido pelo paciente antes da consulta, será bastante útil no diagnóstico da DE.**

Responda ao questionário abaixo com sinceridade e verifique como anda sua saúde sexual. Escolha somente uma resposta para cada pergunta.

1. Como você classificaria sua confiança em conseguir e manter uma ereção?

Muito baixa	Baixa	Moderada	Alta	Muito alta
1	2	3	4	5

2. Quando você teve ereções após estímulo sexual, com que frequência elas foram rígidas o suficiente para a penetração (você penetrou sua companheira)?

Quase nunca ou nunca	Poucas vezes (muito menos da metade das vezes)	Algumas vezes (cerca de metade das vezes)	Na maioria das vezes (mais da metade das vezes)	Sempre ou quase sempre
1	2	3	4	5

3. Durante a relação sexual, com que frequência você foi capaz de manter a ereção após ter penetrado sua companheira?

Quase nunca ou nunca	Poucas vezes (muito menos da metade das vezes)	Algumas vezes (cerca de metade das vezes)	Na maioria das vezes (mais da metade das vezes)	Sempre ou quase sempre
1	2	3	4	5

4. Durante a relação sexual, qual foi seu grau de dificuldade em manter a ereção e completar a relação sexual?

Extremamente difícil	Muito difícil	Difícil	Pouco difícil	Não foi difícil
1	2	3	4	5

5. Quando você tentou ter uma relação sexual, com que frequência ela foi satisfatória para você?

Quase nunca ou nunca	Poucas vezes (muito menos da metade das vezes)	Algumas vezes (cerca de metade das vezes)	Na maioria das vezes (mais da metade das vezes)	Sempre ou quase sempre
1	2	3	4	5

Agora, some os valores de todas as respostas. Se a pontuação for menor ou igual a 21, você pode estar com a função sexual insatisfatória. Nesse caso, procure um médico.