Bloqueios emocionais podem causar distúrbios sexuais



Após noite de núpcias, Laura conta a Rafael que a primeira vez deles foi aterrorizante para ela. Foto: Reprodução/Rede Globo

Evelin Azevedo

A novela “O outro lado do paraíso” explora dois transtornos sexuais que estão dando o que falar. E mostram como a mente pode influenciar na vida sexual saudável das pessoas. O primeiro caso é o de Laura (Bella Piero), que descobriu ter sofrido abusos sexuais do padrasto na infância, após ter dificuldade para conseguir transar com o marido — o que será superado a partir do capítulo deste sábado.

— Muitas mulheres que sofreram algum abuso ou violência sexual na infância ou na adolescência tendem a sentir desconfortos ou dores no ato sexual, e isso acontece porque não conseguem se soltar, sentir prazer e ter lubrificação — afirma Marilene Kehdi, psicóloga especialista em atendimento clínico numa abordagem psicossomática.



Diego sugeriu que Melissa aceitasse ficar com ele sem sexo: depois de um tempo, ela pediu o divórcio. Foto: Reprodução/Rede Globo.

O outro caso é o de Diego (Arthur Aguiar). O geólogo vê o sexo como uma prática suja, que só deve ser feito no bordel, e por isso não conseguiu ter relações com a ex-esposa: uma mulher virgem.

— Além dos traumas e da violência sexual, outro fator relevante que poderá levar a desenvolver uma aversão ao sexo e ter impotência sexual, é a educação sexual recebida na infância. Dependendo de como foi essa aprendizagem, a pessoa poderá ter uma percepção do sexo como algo sujo, perigoso e promíscuo, e terá extrema dificuldade de obter prazer e satisfação no ato sexual — completa Marilene.

Quando casos como estes acontecem, é preciso buscar ajuda profissional.

— Um terapeuta vai investigar a raiz dos bloqueios e resolvê-los por meio de técnicas apropriadas — diz Vannessa Resende, especialista em psicologia e psicoterapeuta quântica, que faz o alerta: — É perigoso o parceiro se colocar na posição de responsável pela cura do companheiro sem as ferramentas necessárias.

A paciência entre os parceiros é fundamental para o sucesso do tratamento, assim como uma boa comunicação. Dependendo do caso, as terapias podem ser individuais e em casal.

COMO RESOLVER

Reconheça que há um problema

O primeiro passo é perceber que ter aversão a sexo não é algo que pode ser considerado normal.

Busque tratamento

Para solucionar o problema e passar a sentir prazer na relação sexual, procure ajuda de um psicólogo especializado no assunto.

Tenha paciência

Nenhum tratamento psicológico promove uma cura imediata. Por isso, tenha paciência. Tratar um trauma ou se desvencilhar de uma crença limitante pode levar tempo, mas é possível.

Comunicação

Estabelecer uma comunicação direta e verdadeira com seu/sua parceiro(a) é fundamental para o sucesso do tratamento. É preciso que o casal esteja junto para enfrentar o período.

Não estabeleça prazos

O drama do casal pode piorar se houver um tempo limite para que o trauma do parceiro seja resolvido.