

## Quando lui si innamora in gravidanza

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 30 anni, sono sposato da due e ora stiamo aspettando il nostro primo figlio. Le scrivo perché non so dove battere la testa e lei mi sembra un medico concreto e di buon senso. Il problema: mia moglie ha avuto una minaccia d’aborto al secondo mese e da allora sesso addio. All’inizio non mi è pesato ma adesso, al sesto mese di astinenza, io sto letteralmente impazzendo. Ho provato a parlarle per trovare magari altri modi di stare insieme ma lei non ci sente. Purtroppo sul lavoro ho una collega che da tempo mi corteggia. Prima ci scherzavo, ma ieri ci siamo abbracciati e i miei ormoni sono andati a mille. Non so se mi sto innamorando, ma sono proprio in crisi. Cosa faccio, adesso?”.

Riccardo G. (Milano)

Caro Riccardo, la questione è davvero delicata: il diventare genitori, soprattutto del primo figlio, è la fase più vulnerabile nel passaggio da coppia a famiglia. E molti più uomini di quanto non si ammetta attraversano momenti di incertezza, o addirittura di innamoramento, proprio mentre la compagna è in gravidanza. A volte, ma non necessariamente, questa possibilità è aumentata da un’astinenza forzata, se la donna ha una gravidanza complicata da una minaccia d’aborto, di parto prematuro, da placenta previa o pre-eclampsia, ossia da condizioni che controindicano il rapporto sessuale completo. Tuttavia, una iniziale minaccia d’aborto, poi completamente risolta, può consentire di riprendere una normale attività sessuale, se desiderata da entrambi, fin quasi al parto!

Perché l'uomo si può innamorare di un'altra in gravidanza?

Le cause possono essere fisiche e/o psichiche (soprattutto). Da un lato, la prolungata astinenza sessuale può pesare molto, specialmente se la coppia era prima sessualmente vivace e se in gravidanza non ha altre forme di intimità che possano appagare comunque entrambi fisicamente ed emotivamente. Questa vulnerabilità “fisica” o “ormonale”, come dice lei, può essere aumentata da fattori psicoemotivi. Per esempio, per la sensazione di essere passato in secondo piano rispetto al bambino che verrà. E/o perché il diventare padre fa paura a livello inconscio: è come se, innamorandosi, l’uomo si sentisse ancora “giovane”, ancora “ragazzo”, senza il peso di una responsabilità per la quale non si sente pronto a livello profondo. Questo succede oggi più di ieri, da un lato per l’esaltazione e la priorità che viene data al piacere erotico rispetto ad altri aspetti della vita, dall’altro perché è minore, rispetto al passato, il senso di responsabilità verso il futuro figlio, oltre che verso la partner in gravidanza, che si trova oltretutto in una fase di grande vulnerabilità. Il gioco del corteggiamento in particolare, così piacevole ed esaltante, può allora far saltare anche il codice di fedeltà, soprattutto se la partner gravida trascura o minimizza i segnali di difficoltà che l’uomo le sta lanciando.

Siccome la sento molto preso e molto in difficoltà, credo le sia utile – e urgente – qualche colloquio psicoterapeutico che l’aiuti a riprendere in mano la situazione, senza farsi travolgere né

dall'impulsività dell'innamoramento, né dal suo terremoto ormonale (che può diventare un comodo alibi). Con una maggiore chiarezza interiore, le sarà possibile (ri)parlare con sua moglie per ritrovare un'intimità emotiva, oltre che fisica, che vi faccia di nuovo sentire uniti davvero, anche per accogliere tra poco con gioia – e responsabilità – il piccolino che verrà.

#### Prevenire e curare – Amore in gravidanza

- La coppia si sente più unita se può condividere una felice intimità fisica anche in gravidanza, scelta possibile se la gravidanza ha decorso fisiologico, ossia normale, e se lei e lui lo desiderano;
- buone notizie anche dal punto di vista del bambino: i bimbi nati da coppie sessualmente attive, in gravidanze normali, hanno più probabilità di nascere a termine, di buon peso, con ottimo indice di Apgar (il punteggio che viene dato alla nascita) e con un miglior rapporto con entrambi i genitori!