



Come parlare di sesso ai figli

Giovani, promiscui e poco informati. Gli adolescenti navigano su Youporn, ma sanno poco o niente di malattie veneree; cambiano partner con disinvoltura, ma non pensano all'Hiv. Compito delle famiglie è anche educarli a vivere una sessualità sicura. Come suggeriscono tre esperti

di Mariateresa Truncellito - illustrazione di Eloïse Heinzer

Nel dialogo tra genitori e figli il sesso rimane troppo spesso tabù. E questo è un problema perché i ragazzi sanno poco o niente delle malattie sessualmente trasmissibili, che sono in crescita, secondo l'Istituto superiore di sanità. Ma i giovani non si preoccupano neanche del rischio di infezione da Hiv, di cui si registra un incremento tra i 24 e i 29 anni, e visto che la diagnosi spesso arriva con i primi sintomi dopo una decina d'anni dal contagio basta far due conti per capire qual è la fascia d'età a rischio.

La sessualità dei ragazzi è sempre più precoce, promiscua e scarsamente affettiva: il quattordicenne va in cerca del piacere fine a se stesso, più che dell'innamoramento. «Se chiedo a una platea di centinaia di studenti "Chi ha parlato a casa di malattie sessualmente trasmesse e sesso sicuro?" si alzano po-

chissime mani», dice Andrea Gori, direttore dell'Unità operativa Malattie infettive, Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico, Università degli Studi di Milano. «La scuola non se ne fa carico, le campagne informative sui media sono scomparse e io visito ragazzi di 17 anni che cadono dalle nuvole e talvolta non sanno nemmeno cosa sia l'Aids.

Anche i genitori sono imbarazzati quando si tratta di affrontare l'argomento malattie, viste ancora come appannaggio di prostitute o tossicodipendenti, frequentazioni che i loro figli "di sicuro" non hanno. Ma la promiscuità sessuale oggi è un comportamento standard, e lo dico anche da padre di sei figli, oltre che da medico. Non manca solo l'informazione, anche l'educazione: la salute va insegnata in modo propositivo fin da piccoli come rispetto e cura di sé, non solo nella sfera sessuale, ma anche a tavola e con lo sport».

SEGUE

SEGUITO L'incubo "prima volta"

Per Roberta Rossi, psicologa, psicoterapeuta e presidente della Federazione italiana di sessuologia scientifica bisogna avere il coraggio di parlare del profilattico: «Protegge sia da gravidanze indesiderate che da malattie sessualmente trasmesse. I dati sull'utilizzo non sono incoraggianti, soprattutto nelle situazioni di sesso occasionale: io consiglio ai genitori di acquistarli per i propri figli, spezzando l'omertà e aiutandoli a capire come si usano. I comportamenti a rischio sono molti: bere, usare cocaina e assumere pasticche per superare l'ansia da prestazione, il senso di inadeguatezza e sentirsi più disinibiti. Non bisogna avere esitazioni nello spiegare loro che le sostanze eccitanti sul momento fanno sentire più forti, ma poi rendono deboli e vulnerabili. È inevitabile che "la prima volta" sia un po' ansiogena, ma l'emozione fa parte della bellezza di una nuova esperienza, e sedarla ci fa essere meno presenti in quello che ci accade».

Se l'educazione sessuale avviene su *Youporn*, non sorprende che poi tra i giovani ci sia la ricerca di pratiche estreme, che spostino sempre più in là la soglia dell'eccitazione. «Bondage, pratiche sado-maso e simili attirano quanto il *sexting*, lo scambio di immagini sessualmente esplicite», conferma Roberta Rossi. «Vengono vissuti come una nuova frontiera della sessualità, con curiosità, voglia di sperimentare o come un gioco o una provocazione. Il problema è la debolezza del senso del limite tipica degli adolescenti: i genitori, senza eccessiva invadenza o demonizzazioni, devono fare attenzione se il ragazzino passa tutto il tempo libero su Internet, non ha amici, ha difficoltà scolastiche. È bene dare un'occhiata alla cronologia per capire dove naviga, se si espone a situazioni pericolose o chat con adulti. E spiegarli che la differenza di età è soprattutto una differenza di potere: suscitare interesse in un adulto può essere molto eccitante, ma il rischio è di finire a fare cose che non si desiderano».

L'importanza del rispetto

Stefania Piloni, ginecologa e co-fondatrice dell'associazione culturale no-profit SexPass (sexpassedu.it) che si occupa di educazione affettiva e sessuale per gli studenti delle scuole medie inferiori e superiori, consiglia di puntare sull'educazione sentimentale, oltre che sessuale.

«Anche se sembrano gradassi, i ragazzi, soprattutto alle medie, sognano ancora il primo amore», spiega. «Nel sesso bisogna far capire l'importanza del rispetto dell'altro e del suo consenso: vale anche per i maschi, che non di rado si sentono spinti ad avere un rapporto con una ragazza che non desiderano solo per timore di essere mal giudicati. Dire di no a qualcuno è dire di sì a noi stessi: un principio generale di vita, non solo nella sessualità. I giovanissimi non vedono l'ora di liberarsi della verginità per non essere "i più sfigati" del gruppo: come ginecologa incontro ragazzine che hanno "bruciato" la prima volta con un semiconosciuto, mezze ubriache, senza ricordare se avesse o no il condom, se c'è stato un coito interrotto o no. Certo, è importante insistere sulla contraccezione e la protezione dalle malattie: purtroppo ancora troppo spesso le ragazze si

fidano degli uomini che dicono "ci penso io", e invece bisogna convincerle che ci devono pensare loro a tutelarsi!»

Ma non bisogna neanche sentirsi "antichi" nello spiegare che fare l'amore con amore rende tutto magico: magari raccontando come ci siamo innamorati noi, cosa abbiamo trovato di speciale nel nostro partner tanto da spingerci a creare una famiglia. Se un adolescente trova il coraggio di dire alla propria madre di aver fatto l'amore, prima di replicare "Guai a te se resti incinta" o "Non mettere incinta nessuna" o "Stai attento a non prenderti una malattia" bisognerebbe parlare di emozioni, chiedere se è stato bello o come se lo era immaginato. Il primo rispetto deve venire da noi».

Superare l'imbarazzo

«La regola numero uno per parlare di sesso con i figli è: non aspettare». È categorica Afrodite Franciosi, sessuologa e counselor esperta in maternità, affettività, mindfulness. «Alle elementari ci si limita a dire come nascono i bambini. Ma già alle medie, quando si trova uno spunto in un fatto accaduto, visto in un film o sentito alla tv si può aprire il discorso su sessualità, cyberbullismo, amore. È bene prepararsi confrontandosi con l'altro genitore per mettere a fuoco eventuali nostri tabù o questioni sulle quali allinearsi per non confondere il ragazzo».

La mancanza di dialogo equivale a una porta chiusa attraverso la quale si insinua il web, con tutti i rischi connessi: non si deve liquidare *Youporn* con un'alzata di spalle, perché "i giornalotti li abbiamo guardati tutti". Lì ci sono corpi irrealmente perfetti, rapporti sessuali all'insegna della violenza, della sottomissione o dominazione, concetti potenzialmente pericolosi per il cervello ancora in formazione dell'adolescente. E dal senso di inadeguatezza dal confronto con gli attori all'acquisto di pasticche per la virilità su Internet per il timore delle *defaillance* il passo è breve. Bisogna spiegare che quella non è realtà, ma finzione, in tutti i suoi aspetti».

Qual è il linguaggio giusto? «Il nostro. Inutile fare terrorismo - il rischio può essere un incentivo - o lezioni di scienze noiose. Bisogna essere se stessi e insistere anche quando si ha la sensazione di parlare al vento, perché a volte quello che sembra chiusura o non ascolto è solo imbarazzo, ma i messaggi arrivano. Sulle malattie, e sui rischi per tutti, si possono citare i casi di personaggi noti che i giovani conoscono, da Freddy Mercury a Keith Haring. Non bisogna passare un messaggio negativo sulla sessualità, anzi: bisogna dire che il sesso è bello, è gioia, è incontro con l'altro, però corpo e cuore devono sempre essere accompagnati dal cervello».

Se il tema è il *sexting*, meglio puntare sull'empatia: «Come ti sentiresti se le foto fossero le tue?». E poi: sottolineare che la diffusione di immagini sessualmente esplicite è un reato penale, che quei video fatti per gioco possono finire nelle mani sbagliate ma anche rimanere in rete per sempre e magari saltare fuori alla vigilia di un importante colloquio di lavoro e mettersi di traverso tra noi e le nostre aspirazioni. I ragazzi devono capire che le stupidate le abbiamo fatte tutti, ma oggi il rischio che siano indelebili è molto più alto che un tempo».

58%
dei giovani afferma
di non avere problemi
nell'uso del profilattico

35%
dei sieropositivi italiani
non sa di esserlo (vale
anche per le malattie
sessualmente trasmesse)

(dati Anlaids)