

La sexualité n'est pas une bagatelle

DÉSIR Ses manifestations sont le reflet de notre état de santé physiologique et psychologique.

ANNE DEVAUX
anne.devaux@lacote.ch

La médecine sexuelle concerne la sexualité humaine et ses troubles. Elle se caractérise par une prise en charge médicalisée dans une perspective interdisciplinaire. La sexualité est ainsi entrée en médecine, au lieu d'être diluée dans différents domaines.

Le Dr Francesco Bianchi-Demicheli, spécialiste en médecine sexuelle aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) et au Chuv à Lausanne, soutient qu'il faut respecter la sexualité dans son immense complexité. Un trouble sexuel doit être replacé dans une vision organique, psychologique et sociale.

Et de mettre en exergue la récente évolution: «Il y a quinze ans, on considérait que 95% des causes de dysfonctionnement érectile étaient psychogènes, liées à des problèmes de masculinité, des émotions négatives, une hostilité envers les femmes, une mère très répressive... Aujourd'hui, à partir de 50 ans, on sait que 80% des problèmes érectiles ont une cause organique.» En revanche, chez les femmes, la première cause de troubles sexuels est rarement organique et plus souvent relationnelle.

Mauvais diagnostic

Un dysfonctionnement érectile désigne la difficulté à avoir et/ou à maintenir une érection, plus communément qualifié

«d'impuissance, un mot qu'il ne faudrait plus jamais utiliser», assène le spécialiste.

Avant d'enterrer sa vie sexuelle et son couple, un bilan de santé permet d'écartier diverses causes possibles. En effet, la fonction érectile est un véritable signal d'alarme dans les maladies silencieuses et progressives, telles que les pathologies dépressives, thyroïdiennes, hormonales et plus encore dans les maladies cardiovasculaires. Le pénis, où la circulation sanguine est très développée, est le lieu privilégié où elles se manifestent en premier.

Le Dr Bianchi-Demicheli met en garde contre le fait de «traiter la problématique avec des médicaments pour stimuler l'érection ou chercher le conflit émotionnel, laissant ainsi la maladie progresser parce que personne n'établit le bon lien qui permettra de détecter la vraie cause».

Les femmes ne doivent pas non plus écartier d'emblée une cause organique possible à une baisse de leur libido bien que les signes physiques extérieurs soient moins évidents que chez les hommes. Les deux sexes partagent une palette de pathologies qui peuvent expliquer un désir en berne et une sexualité comateuse. La trahison hormonale n'est pas l'apanage des femmes, pas plus que les maladies cardiovasculaires ne sont celui des hommes.

Interprétation erronée

Laurence Dispaux, psychothérapeute et sexologue clinicienne installée à Morges, décrit parfaitement le cercle vicieux des conséquences du dysfonctionnement érectile sur la libido de la



Une sexualité épanouie est une harmonie entre deux partenaires sans besoin de performance technique.

femme. Du point de vue de la femme, les problèmes d'érection de son partenaire sont souvent interprétés comme une baisse du désir à son égard. Se sentant moins désirée, elle se voit moins désirable. Cela se répercute sur son propre désir et peut la conduire à «mettre sa sexualité sous le tapis», selon l'expression de la sexologue. Un trouble sexuel dont l'origine pourrait être purement organique peut ainsi devenir un problème de couple.

En effet, le Dr Bianchi-Demicheli, tout comme Laurence Dispaux, s'attache à expliquer tout ce que la sexualité met en jeu

dans nos vies et les difficultés à déterminer les multiples causes des troubles qui la fragilisent.

Pas de petites recettes

«La sexualité ne se réduit pas à des petites recettes comme "habillez-vous sexy, bougez le bassin et lisez le Kama-sutra"» s'insurge le Dr Bianchi-Demicheli, qui ajoute: «Elle met en jeu beaucoup de facteurs, comme par exemple la cognition, les émotions, l'attachement, la relation et la culture.»

Pour appuyer son propos, il donne l'exemple des personnes incapables de recevoir une carresse parce qu'elles ne savent pas

quoi en faire. «Certains hommes, encore aujourd'hui, ne savent pas où se trouve le clitoris ou cherchent toujours le point G», témoigne le spécialiste. De son côté, Laurence Dispaux confirme que «l'image de la " salope " reste une étiquette attachée à la séduction féminine par certaines femmes elles-mêmes».

Les deux spécialistes insistent sur la construction des capacités sexuelles à travers le non sexuel. Le Dr Bianchi-Demicheli explique le rôle fondamental, dans la sexualité, «de la mise en place de l'attachement. S'attacher et créer des liens profonds avec l'Autre est ce qui nous rend humains. Un attachement dysfonctionnel conduit à une sexualité dysfonctionnelle.»

Laurence Dispaux constate que chez les femmes, la méconnaissance du corps associée à la peur du jugement moral qui relève également de l'autocensure est un frein puissant au désir et au plaisir. Elle n'a pas de recette miracle mais pointe du doigt l'insécurité émotionnelle au sein du couple, notamment «là où le bât blesse: il y a ce que l'on fait nous-mêmes, la façon dont on le communique au partenaire et la façon dont il le reçoit. Une libido en berne ne signifie pas que nous ne sommes pas avec le bon partenaire. Mais une femme qui ne peut pas communiquer peut se sentir tellement seule qu'elle peut désinvestir totalement sa sexualité.»

Le Dr Bianchi-Demicheli rappelle que la sexualité humaine

LE VA-ET-VIENT DU DÉSIR

De façon générale, toutes les périodes de transition impactent le désir et la sexualité. Dans la vie d'une femme, certaines sont plus évidentes que d'autres, au cours desquelles le désir change, disparaît ou s'enflamme.

La grossesse est un moment où les sensations se métamorphosent, notamment vaginales, ditoiriennes et mammaires. Le désir et le plaisir peuvent être décuplés à cette période. La manière de communiquer avec son partenaire est capitale car le corps garde la douleur en mémoire. L'arrivée d'un enfant est une transition très délicate pour la sexualité du couple. Une nouvelle pilule contraceptive, une maladie ou un accident, même bénin, influencent le désir. La personne elle-même peut se décréter moins désirable. La sexologue Laurence Dispaux conseille aux femmes de célébrer leur propre féminité, sans se dénigrer par comparaison à un idéal physique.

Il faut savoir accepter les flambées imprévisibles du désir et le plaisir sexuel inattendu. L'après-ménopause est une période faste pour le désir, surtout si on ne s'empêche pas de rêver. ◉

est cognitive et se distingue de celle des animaux qui fonctionne avec les hormones et les phéromones. Il s'inquiète «des informations pas sérieuses, sans bases scientifiques que l'on peut parfois entendre et lire sur le sujet. C'est très dommage et dommageable tant pour les patients que pour la sexologie. Il faut se référer aux spécialistes qui ont une formation avérée en médecine sexuelle et en sexologie, deux branches qui regardent au cœur de l'humain». ◉

LA DANSE DE SALON

La danse de couple est un formidable apprentissage des jeux de séduction. Les personnes qui cherchent à renouer avec leurs sensations peuvent se lancer sans hésiter sur la piste de danse, lieu de rencontre charnel. Les axes développés en sexologie se retrouvent dans cette activité. L'invitation, le contact physique, l'accord rythmé des mouvements corporels entre partenaires, la séduction valorisante, l'art du compliment, le respect de l'autre, les remerciements... Les femmes n'ont aucun intérêt à surinvestir leur plastique. Mieux vaut avoir du souffle et garder le rythme. ◉

Imagination, pornographie et sites de rencontre

La sexologue Laurence Dispaux analyse deux phénomènes qui changent les relations sexuelles: la consommation pornographique et la facilité des rencontres.

L'IMAGINATION «Les jeunes d'aujourd'hui baignent dans la pornographie avec un risque d'étouffer leur imaginaire, de développer une vie sexuelle en solo», constate Laurence Dispaux. L'apprentissage face à un support visuel limité, une histoire pauvre, peu d'éléments romantiques et des repères sensoriels faibles peuvent avoir des conséquences sur la sexualité qui se traduisent par des troubles fonctionnels. Le scénario créé par l'imagination permet de se mettre en scène alors que dans un film, «on peut ne pas ou peu s'identifier, on n'imagine pas les jeux de séduction avant et après», explique la thérapeute.

APPRENTISSAGES Les filles sont tout aussi concernées par la pornographie que les garçons. Pour Laurence Dispaux, «les apprentissages corporels exclusivement acquis avec la pornographie sont difficilement répliquables à deux». La consommation de pornographie marque une grande différence entre les générations. Les femmes de 50 ans et plus ont eu l'occasion de se construire tout un imaginaire pour pallier leur baisse de libido. La sexualité n'a rien de naturel. «Il faut faire des apprentissages. Les seuls réflexes sont le réflexe excitatoire et la décharge (l'orgasme). Les autres réponses sexuelles sont apprises et doivent être réapprises lorsqu'elles ont été perdues», précise la spécialiste. La formation continue est un concept plus porteur que la pornographie pour développer l'épanouissement de sa sexualité tout au long de la vie.

LA RENCONTRE «Les sites de rencontre sont très, très utilisés aujourd'hui. Beaucoup de mes patientes y sont inscrites. Les femmes peuvent se dire que si ça ne marche pas avec un partenaire, si le couple se casse, elles peuvent rebondir et en trouver un autre. Cependant, elles ont conscience que les personnes qu'elles rencontrent font la même chose qu'elles.» Laurence Dispaux analyse cette facilité de la rencontre et l'interchangeabilité du sentiment qui l'accompagne comme un grand bouleversement. Les rapports sexuels interviennent très rapidement, ce qui réduit d'autant la période de séduction pendant laquelle on apprend à se connaître. La disparition de la séduction constitue également une limitation à l'imagination féconde pour une sexualité qui doit évoluer en fonction des événements. ◉

PUBLICITÉ



Nous vous remercions de votre confiance et vous souhaitons nos chaleureux vœux de santé en 2018 !

Les mois à venir verront les deux sites hospitaliers du GHOL en travaux.

La rénovation complète du Centre de pneumologie de Rolle se terminera fin 2018.

Après la mise en service en décembre 2017 du nouvel héliport du site de Nyon et des travaux préparatoires jusqu'en juillet 2018, le chantier de l'extension de l'Hôpital de Nyon va démarrer en août 2018 pour finir en 2020.

Nos deux hôpitaux agrandis et rénovés pourront ainsi toujours mieux répondre aux besoins des patients de notre région.

A chaque soin une émotion partagée.