

## LIVROS

FOTOS REPRODUÇÃO



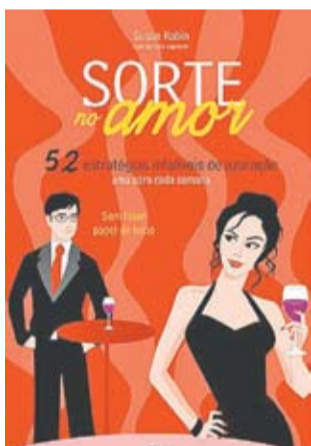
CHÉRI  
COLETTE

Chéri

De Colette, tradução  
de André Telles

A polêmica obra de Colette acaba de ganhar uma nova versão pela Editora Record.

*Chéri*, o maior clássico da escritora francesa, retrata o relacionamento tórrido entre uma cortesã de meia idade (Léa) e um jovem (Chéri). Ela o ensina a arte do amor e juntos protagonizam uma relação amorosa e cheia de sedução. O livro deu origem ao filme estrelado por Michelle Pfeiffer e dirigido por Stephen Frears. Editora Record, 176 páginas, R\$ 32,90



**Sorte no Amor: 52 estratégias infalíveis de azaração, uma para cada semana**  
De Susan Rabin e Barbara Lagowski, tradução de Flávia Beatriz Rössler

Em *Sorte no Amor: 52 estratégias infalíveis de azaração, uma para cada semana*, Susan Rabin, terapeuta especialista em relacionamentos, ensina de forma engraçada e divertida a paquerar. O leitor descobre o seu estilo de conquista e as estratégias que poderá usar na sedução fazendo um teste no início do livro. Histórias verídicas de clientes da autora, sobre flertes bem sucedidos e foras inesquecíveis, ajudam a aprimorar os pontos fortes, trabalhar os pontos fracos, frequentar os lugares certos para conhecer novas pessoas e a decidir o momento perfeito para agir.

Editora BestSeller, 294 páginas, R\$ 19,90

## SAÚDE

## Sem problemas entre lençóis

NÁDIA DE TONI

**A**s maiores queixas entre lençóis estão relacionadas com problemas psicológicos. E, nesses casos, a terapia é o melhor remédio.

Há, no entanto, uma parcela que sofre de distúrbios sexuais que são físicos. Causas genéticas e maus hábitos, como fumo, má alimentação, sedentarismo, estresse, uso de drogas, obesidade e diabetes, podem influenciar fortemente na redução do desempenho sexual.

Nesses casos, a solução está no consultório de um médico especializado. São quatro os problemas mais frequentes. Eles sofrem mais de disfunção erétil e ejaculação precoce. Elas, de falta de orgasmo e de desejo sexual.

A seguir, o doutor em Urologia

Fabio Firmbach Pasqualotto, diretor do Centro de Reprodução Humana Conception e professor do curso de Medicina da UCS, de Caxias do Sul, e a sexóloga Walkíria Fernandes, de Minas Gerais, explicam mais sobre esses problemas e como tratar.

nadia.detoni@pioneiro.com

## PROBLEMAS

## MULHERES

## Falta de orgasmo

■ **Causa:** 30% das mulheres se queixa desse problema, sendo que 10% não sabem o que é ter um orgasmo. As causas orgânicas mais frequentes são doenças e lesões neurológicas, que comprometem a transmissão de estímulos sexuais, doenças endócrinas, como diabetes, uso de drogas e certos medicamentos, processos inflamatórios da vagina e falta de lubrificação vaginal. O distúrbio também pode ter causas psicológicas, como repressão sexual, hostilidade, brigas e mágoas no relacionamento conjugal.

■ **Tratamento:** infelizmente, para as mulheres, os tratamentos com medicação para falta de orgasmo ainda tem resultados pouco satisfatórios. Existe uma perspectiva muito grande, num futuro breve, de medicamentos para melhorar a sexualidade feminina. Quando outras doenças interferem no desempenho sexual, estas devem ser tratadas. Se o problema tem motivações psicológicas, uma terapia pode ajudar.

## Falta de desejo sexual

■ **Causa:** o problema atinge pelo menos 30% da população feminina e pode ocorrer por vários fatores. Desequilíbrios hormonais como, por exemplo, um aumento da prolactina ou uma diminuição da testosterona ou do androgênio, podem reduzir a libido. Quadros depressivos, uso de certos medicamentos, inclusive antidepressivos, doenças e tumores das glândulas da tireoide e suprarrenais também pode diminuir o apetite sexual, assim como problemas ginecológicos. O distúrbio também pode ocorrer motivado por inseguranças pessoais ou conflitos conjugais.

■ **Tratamento:** nos casos em que há deficiência hormonal, pode ser feita a reposição de hormônios. É importante verificar se existe alguma infecção vaginal. Na existência dela, a mulher pode sentir grande desconforto durante a penetração, fazendo com que seu desejo sexual diminua. Se o problema tem motivações psicológicas, uma terapia pode ajudar.

## HOMENS

## Disfunção erétil

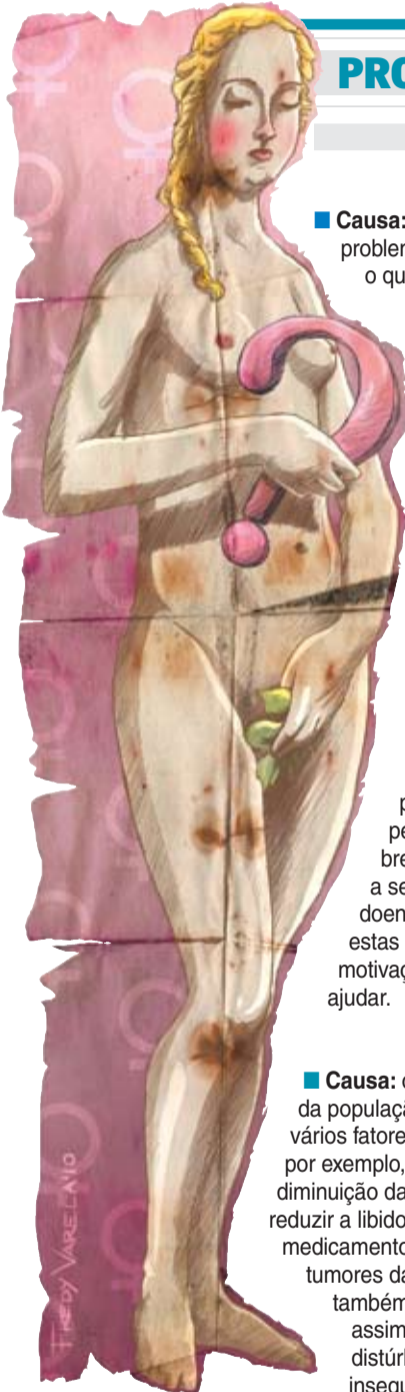
■ **Causa:** 52% dos homens com mais de 40 anos têm ou terão algum grau de impotência sexual ao longo da vida, sendo que 40% daqueles que já sofrem com o problema apresentam alguma alteração cardíaca coronariana. A dificuldade de ter ou manter a ereção pode estar relacionada, portanto, a problemas cardiovasculares, além de diabetes, desequilíbrios hormonais ou neurológicos, uso abusivo de álcool, outras drogas e até mesmo de alguns medicamentos. Há casos em que essa disfunção orgânica ocorre motivada por problemas psicológicos, como insegurança, medo de não satisfazer a parceira, estresse, cansaço e preocupações.

■ **Tratamento:** depende da causa. Nos casos em que há deficiência hormonal, pode ser feita reposição de hormônios. Quando outras doenças interferem no desempenho sexual, elas devem ser tratadas. Cerca de 30% das pessoas sedentárias e fumantes que sofrem de impotência conseguem resolver o distúrbio quando começam a se exercitar e largam o cigarro. Também podem ser usados medicamentos injetáveis no pênis. A prótese peniana é outra alternativa. Quando o distúrbio orgânico tem motivações psicológicas, o mais indicado é a terapia.

## Ejaculação precoce

■ **Causa:** 30% dos homens sofrem desse problema em alguma fase da vida. A ejaculação precoce não é determinada clinicamente pelo tempo em que ocorre durante a relação. O que caracteriza a doença é o fato de o homem não conseguir tolerar um nível alto de excitação sexual sem chegar imediatamente à ejaculação. Ele fica com a sensação de que gostaria de ejacular mais tarde, não naquele momento. A ejaculação precoce pode estar relacionada à hipersensibilidade da glândula do pênis e a problemas psicológicos como ansiedade, insegurança e baixa autoestima.

■ **Tratamento:** podem ser prescritos medicamentos que retardam o tempo de ejaculação. Se a motivação é psicológica, é preciso tratar a causa.



## MAIS SEXO, MAIS VIDA

Praticar sexo regularmente proporciona muitos benefícios:

- **Menor risco de doenças cardíacas:** além de prazeroso, fazer sexo melhora o fluxo sanguíneo.
- **Controle do estresse:** uma noite de sexo é capaz de acabar com as tensões do dia a dia.
- **Controle do peso:** dependendo do empenho, o esforço de uma relação sexual pode queimar de 250 a 850 calorias.
- **Melhora da autoestima:** sentir-se desejado pelo outro aumenta a confiança na cama e fora dela.
- Diminuição dos efeitos desagradáveis da menopausa.
- **Combate à insônia:** o orgasmo proporciona bem-estar e certa exaustão, melhorando a qualidade do sono.

fonte: Journal of Sexual Medicine, Prosex, Projeto de Sexualidade do Hospital das Clínicas de São Paulo