

Desejo sexual: ampliando as narrativas

No trabalho clínico em sexualidade certamente a queixa mais frequente, entre os casais, é a respeito de desejo sexual. No cenário mais comum, uma parte queixa-se da frequência de encontros sexuais, que tende a ser mais baixa do que gostaria, enquanto a outra parte se queixa do excesso de abordagens ou da maneira como são feitas. É o que chamamos de discrepância de desejo e pode se tornar algo estressante em muitas parcerias.

Os envolvidos e envolvidas experimentam, com confusão, o fenômeno de conhecer alguém, se apaixonar e, muitas vezes, uma troca de olhares ou alguma proximidade física ser suficiente para que um desejo intenso se acenda. O sexo é frequente, satisfatório, com novidades e descobertas. Entretanto, após um período que pode variar de 6 meses a 2 anos, ou quando vão morar juntos(as), observam um declínio substancial deste desejo espontâneo (McCARTHY, 2019). A frequência de interações sexuais tende a cair e muitas vezes o sexo se torna burocrático. Não necessariamente deixa de ser prazeroso, mas os(as) envolvidos(as) sabem exatamente qual é o *script* e se perguntam: o que aconteceu? Será que isto significa o fim deste relacionamento? Será que já não sinto mais atração por esta pessoa? Ou, ainda, por que isto sempre acontece comigo?

Naturalmente, há questões relacionais e individuais envolvidas que podem explicar este “esfriamento”, na vida sexual. É possível, sim, que esta queixa fale de uma desconexão do casal e que, talvez, o relacionamento esteja em risco. Mas não necessariamente. Além disso, não podemos desconsiderar o efeito antierótico do estilo de vida de tantos casais, com múltiplas demandas e tantas horas dedicadas aos trabalhos, filhos e outras obrigações.

Embora certamente essa não seja a experiência de todas as pessoas, o que muitas vivenciam, no início de seus relacionamentos, é um tipo de *desejo espontâneo*, ou *altamente reativo*, que se refere à experiência de responder prontamente, com desejo e excitação, a um estímulo ou sugestão sexual, como uma leve carícia, ou a visão da parceria saindo do banho (KERNER, 2021). Em outras palavras, não é preciso muito para que o desejo se acenda. Para algumas pessoas o desejo se manifesta desta forma a maior parte de suas vidas. Mas, diferente do que é exposto na mídia e no senso comum, esta não é a única maneira pela qual o desejo pode se apresentar.

Em 2001 a pesquisadora canadense Rosemary Basson e sua equipe realizaram uma pesquisa (BASSON, 2000), com mulheres que referiam falta de desejo espontâneo para se envolver em atividade sexual. A investigação da experiência destas mulheres mostrou que, especialmente em relacionamentos de longo prazo, elas iniciavam e/ou concordavam com o sexo por uma variedade de razões, além de desejo ou excitação: maior proximidade emocional com a parceria, sentir-se mais atraente e/ou mais atraída, compreender e satisfazer seu próprio senso de interesse/necessidade, dentre outros. Motivada por uma ou várias razões, a mulher se atentava ao estímulo sexual. Se a estimulação fosse apropriada, resultaria em excitação subjetiva e em desejo sexual. Esta é a definição de *desejo responsivo* ou *menos reativo*. Isto é, que surge *em resposta* à excitação sexual subjetiva. E esta é uma variação normal da resposta sexual. Trata-se de um desejo mais intencional. Não se inicia instantaneamente, mas se constrói de maneira gradativa, conforme andamento da interação (KERNER, 2021). Embora esta pesquisa tenha sido feita com mulheres, acredito que esta seja a realidade de muitos homens, também.

O trabalho de Basson vem, justamente, contribuir para desconstruir esta visão unidimensional do desejo sexual, a saber, a de que este apenas pode ser espontâneo. É justamente esta concepção que leva, muitas vezes, a uma atitude de espera passiva pelo surgimento de uma sensação específica de desejo ou de tesaão, para então haver disponibilidade para envolvimento sexual. Se esta sensação não vem, espontaneamente, então não há interação. Além disso, dada a ênfase cultural em desejo espontâneo, muitas pessoas que experimentam desejo responsivo tendem a achar que há algo de errado com elas.

O desejo sexual, portanto, pode se manifestar como esta energia que vem espontaneamente, mas, mais do que isso, é algo ativo, dinâmico e passível de ser construído, o que é uma excelente notícia para aqueles que se vêm às voltas com dificuldades de desejo.

As narrativas presentes na mídia, sobre sexo, transmitem a mensagem de que bom sexo deve ser sempre “natural”, espontâneo, ardente, sem muita comunicação antes ou durante, sem pausa para ir ao banheiro, sempre genitalizado, com clímax quase instantâneo para todos os envolvidos (de preferência, simultaneamente). Entretanto, já existem pesquisas (KLEINPLATZ, 2020), que correlacionam satisfação sexual com alto nível de comunicação e que mostram que as melhores experiências sexuais são, na verdade, *construídas*. O terapeuta de casais Barry McCarthy fala sobre a importância de o casal formar uma *equipe sexual*, dando ênfase à

responsabilidade que cada membro da parceria tem, na construção de uma experiência sexual satisfatória (McCARTHY, 2019). E isto começa na *decisão* por compartilhar um momento de intimidade e erotismo.

O que extraímos a partir do trabalho destes autores e da experiência clínica é que, assim como em tantos aspectos da vida, a satisfação sexual será fruto de investimento, intencionalidade e, em se tratando de relações de compromisso, autonomia e cooperação. Caberá a cada pessoa a curiosidade sobre si e sobre a parceria, a respeito do que lhe ativa, energiza, lhe dá prazer. Trata-se de uma jornada rumo ao desenvolvimento pessoal e relacional, que pode ser reveladora e gratificante.

Referências:

BASSON, Rosemary. **The Female Sexual Responde: A different model**. Journal of Sex & Marital Therapy. 26:51–65, 2000.

KERNER, Ian. **So Tell Me About The Last Time You Had Sex**. New York: Grand Central Publishing, 2021.

KLEINPLATZ, Peggy. MÉNARD, Dana. **Magnificent Sex - Lessons from Extraordinary Lovers**. London: Routledge:2020

McCARTHY, Barry. **Sex Made Simple**. Eau Claire: PESI Publishing, 2019.