

wired.it

Tutti i miti sulla masturbazione - Wired



Perché facciamo sesso? Come scegliamo il nostro partner? Che cosa succede al cervello durante l'orgasmo? Queste sono le domande cui risponde [Hot – La scienza sotto le lenzuola](#) di [Alice Pace](#), collaboratrice di *Wired* che ha appena pubblicato per *Codice Edizioni* tutto ciò che avreste voluto sapere sul sesso, ma non avete mai osato chiedere. Da una prospettiva rigorosamente scientifica, ovviamente. Ecco un estratto dal libro, dedicato ai miti sulla masturbazione.

Sembrava che fosse già stata sdoganata da tempo. La prima testimonianza della **masturbazione** dell'essere umano, infatti, è nientemeno che un reperto archeologico risalente a **28mila anni or**

sono: un oggetto in pietra dalla forma perfettamente fallica e dalla superficie levigata, ritrovato nella caverna di Hohle Fels, in Germania. Molto probabilmente un rudimentale **pene giocattolo** per la stimolazione femminile.

E invece, a cominciare dal periodo tra Settecento e Ottocento, **masturbazione e auto-stimolazione** non sono state viste di buon occhio fino quasi ai giorni nostri.

All'epoca finirono per essere associate, in termini assolutamente negativi, al cosiddetto **onanismo**, dal nome del personaggio biblico [Onan](#), condannato da Dio poiché colpevole di aver praticato il **coitus interruptus** (il metodo contraccettivo che prevede di fermare il rapporto, o meglio, la penetrazione, al momento dell'eiaculazione) con la sua partner sessuale, disperdendo il proprio seme a terra pur di sfuggire al rischio di generare un figlio.

Ricerca il **piacere carnale senza volersi per forza riprodurre**, insomma, a un certo punto della storia è diventato improvvisamente **sbagliato**, sporco e, infine, pure fonte di malattia.

Come in ogni [bufala scientifica](#) che si rispetti, qualcuno era ovviamente più intento di altri a far propaganda. Esempio eclatante fu un opuscolo del 1712, intitolato *Onania*, diffuso a **Londra** ma poi anche in giro per l'**Europa**, dove fioccarono consigli su come ripulirsi dai danni di questa **pratica abominevole**, per chi proprio se ne fosse già macchiato. Guarda caso, tra le raccomandazioni figurava l'impiego di **polverine** e **tinture** smerciate proprio dalla drogheria di uno degli autori dell'opuscolo.

Molti esperti del tempo non esitarono a far proprie queste **dicerie** e a partire da quel momento l'elenco degli **spauracchi** finalizzati a dissuadere uomini e donne da questo temibile passatempo si è fatto sterminato. La minaccia dell'impotenza, possibili deformazioni scheletriche, la contrazione della gonorrea, lo scatenarsi di crisi epilettiche, il deperimento fisico, la follia. Persino l'**eruzione di pustole** sulla cute di tutto il corpo e lo **sversamento di liquidi** di varia natura da ogni orifizio: non sorprende, con tali premesse, che ancora oggi la masturbazione continui per molti a rappresentare una **preoccupazione** o un **tabù**. Ma c'è qualcosa di fondato? Tranquilli: ciò che tutte queste cose hanno in comune è il fatto di **non essere supportate da prove scientifiche** che dimostrino anche solo un minimo legame causa-effetto. Eccone alcuni che si sono trascinati fino (quasi) ai giorni nostri.

Se ti tocchi, diventerai cieco!

Se contassimo quante persone si masturbano e quante persone non vedenti ci sono sul pianeta, ci renderemmo subito conto che si tratta di un'idea a dir poco assurda. Eppure, tra le tante leggende, questa è stata una delle più tramandate.

Masturbarsi fa crescere i peli sul palmo delle mani!

Come se il contatto della cute con lo sperma potesse avere lo stesso effetto degli ormoni maschili sulla crescita della barba o dei peli sul petto. Lo vedremo anche più avanti: sulle proprietà di questo fluido, i falsi miti si sprecano.

Il tuo pene si curverà!

Dovrebbe trattarsi di una manipolazione davvero brutale, o di un

evento traumatico, che potrebbe portare alla rottura dell'organo: un incidente raro, ma che comunque può avvenire anche durante la penetrazione sessuale. E anche in questo sfortunato caso, intervenendo in tempo, si tratta di una condizione che è possibile risolvere quasi sempre senza strascichi né deformità. La verità è che moltissimi uomini presentano un pene non perfettamente dritto, ma ciò è del tutto indipendente dall'uso che ne fanno.

Il tuo clitoride non sarà più sensibile come un tempo!

Anche l'idea che stimolare di frequente questo punto strategico possa in qualche modo disattivarlo progressivamente, rendendo più difficile raggiungere l'orgasmo, è una bufala. E anzi, è vero esattamente il contrario: più abbiamo dimestichezza con la reattività dei nostri genitali, più è probabile che anche i rapporti di coppia siano appaganti.

Sarai debole e malaticcio!

Usata come spauracchio soprattutto nel caso degli uomini, questa diceria sosteneva che espellere con una certa frequenza lo sperma, considerato alla stregua di una vera e propria *linfa vitale*, impoverisse il corpo di sostanze preziose ed energie. Ma tenendo sotto osservazione gruppi di persone che si masturbavano anche più di quattro volte al giorno e paragonando il loro stato di salute con chi, invece, lo faceva molto di rado, gli scienziati non hanno riscontrato (e per fortuna!) alcuna differenza.

[scienza-sotto-lenzuola-pace-damin](#)

(illustrazione: Alessandro Damin)

E invece fa bene

Grazie alla ricerca clinica oggi possiamo affermare che, salvo rari casi di **dipendenza** (che potrebbe in effetti incidere negativamente sulla qualità di vita), la **masturbazione** è una pratica non solo **positiva**, ma proprio **necessaria**, per l'individuo. Dal punto di vista fisico, mentale, e anche emotivo. Tra i benefici, più o meno tutti quelli per il **Sesso** in generale: fornisce una **valvola di sfogo** contro lo stress, offre la possibilità di tenere allenati i **muscoli pelvici**, è un **analgescico naturale**. In più, offre una prospettiva privilegiata per una conoscenza approfondita del corpo e delle zone erogene, sia le proprie sia quelle del partner, e consente, per chi invece al momento è solo, di alleviare con una certa disinvoltura la tensione sessuale accumulata.

Per gli **uomini**, è anche probabile che si tratti di una strategia evolutiva per assicurarsi di dispensare, al momento dell'accoppiamento, il **miglior seme possibile**. Quando non vi è l'esigenza di produrre nuovi spermatozoi, infatti, essi possono risultare degenerati e imperfetti nelle loro parti. Una coda troppo debole per poter sostenere una buona nuotata, o una testa deforme che non riesce più a penetrare la cellula uovo, per esempio. Dopo circa una settimana dalla maturazione, la loro stessa vitalità si riduce drasticamente. Eiaculare regolarmente, oltre a essere piacevole, potrebbe insomma essere un modo per provare ad avere sempre con sé una **buona scorta di sperma fresco**. Vi sono poi studi a sostegno dell'ipotesi che far circolare lo sperma attraverso i dotti deputati all'eiaculazione abbia l'effetto di rafforzare il sistema immunitario, così come che tenere attiva la **lubrificazione genitale** nelle femmine possa in qualche modo ripulire i tessuti della vagina e del collo dell'utero da microrganismi

nocivi.

Vi hanno detto che, se siete impegnati in una **relazione**, non dovrete più sentire il bisogno di **masturbarvi**? Sbagliato. E anzi, è più probabile che una maggior confidenza con le vostre parti intime possa aprirvi a nuove possibilità di piacere anche nella coppia, incrementando di fatto il livello di **soddisfazione di entrambi**.

Vuoi ricevere aggiornamenti su questo argomento?

[Segui](#)