



**LA LEGGE PER TUTTI**  
INFORMAZIONE E CONSULENZA LEGALE

# Quali lavori causano impotenza sessuale?

Autore: Carlos Arija Garcia | 13/03/2019



*La disfunzione erettile colpisce più di 150 milioni di uomini in tutto il mondo. Da che cosa è provocata? Ci sono delle attività «nemiche» del sesso?*

Si dice che uno dei peggiori nemici del sesso sia lo stress. Una volta, la scusa più

diffusa per rifiutare un rapporto intimo era il famigerato mal di testa. Oggi, anche volendo impegnarsi sotto le lenzuola, l'uomo si accorge che, sul più bello, se non è in grado di rispondere alle aspettative della donna è perché entra in gioco il disturbo più inopportuno che si possa presentare in quel momento: la **disfunzione erettile**. Da che cosa è provocata? Tra le cause non c'è, sicuramente, il mal di testa ma più probabilmente lo stress provocato da un lavoro che gli toglie ogni energia, anche da quel punto di vista. Viene automatico domandarsi: **quali lavori causano impotenza sessuale?**

Tutto è relativo, per carità. Non è che chi svolge un'attività più pesante di un altro fa più fatica ad avere un rapporto degno di questo nome. Non è che chi spacca la legna dalla mattina alla sera sia più **impotente** di chi passa la giornata a mettere dei timbri su dei fogli di carta comodamente seduto alla sua scrivania. È vero, però, che alcuni lavori provocano più stress di altri e che, quindi, possono contribuire maggiormente all'impotenza sessuale, dato che - come sostenuto dagli esperti in materia - l'eccessivo affaticamento fisico e psichico è uno dei motivi principali della disfunzione erettile.

Fisico e psichico, dicevamo. Perché lo stress che può avere dei risvolti anche da un punto di vista sessuale può derivare da tanti fattori, dagli orari di lavoro al contatto troppo pressante con il pubblico, da uno sforzo fisico continuo all'ansia di non sapere come battere la concorrenza. Vediamo **quali sono i lavori che possono causare impotenza sessuale**.

## **Lavoro e impotenza: che cos'è la disfunzione erettile?**

L'**impotenza sessuale** è la mancata capacità di avere e di mantenere un'erezione nonostante si senta un forte desiderio di un rapporto.

Questo disturbo colpisce soprattutto gli uomini sopra i 40 anni e può essere provocato da molti fattori, ad esempio vascolari, traumatici, anatomici, farmacologici o anche legati allo stile di vita (abuso di alcol o di droghe e **stress da lavoro**).

La **diagnosi** si può basare su un esame obiettivo, sull'anamnesi oppure su esami del sangue o su un ecodoppler.

La casistica non è trascurabile: nel mondo, circa la metà dei maschi tra i 40 ed i 70 anni soffre di qualche forma di impotenza (parziale o totale) mentre in Italia la statistica si ferma al 10-15%.

## Lavoro e impotenza: lo stress

Gli addetti ai lavori (nel senso, i dottori che studiano questi casi) dicono che l'**impotenza sessuale** sia gravata soprattutto da tre fattori: l'ansia, la **depressione** e lo stress. Ora, non è difficile capire che i tre fattori siano strettamente collegati se si fa un lavoro troppo pressante e poco appagante. E che, quindi, ci siano dei lavori che, se non sono la causa principale, si incidono almeno nella disfunzione erettile.

Proviamo a chiudere il cerchio in questo modo: **che cosa provoca lo stress?** Ci sono fattori come, ad esempio:

- i lavori fisicamente usuranti;
- gli orari di lavoro che iniziano troppo presto o finiscono troppo tardi in maniera continuativa;
- i lavori che comportano una continua **percezione di rischio**;
- i lavori a contatto con il pubblico in cui si deve sempre mantenere la calma ed essere il più possibile gentili anche quando l'atteggiamento dall'altra parte non è così cortese;
- i lavori con bambini o ragazzini sui quali non è possibile scaricare frustrazioni o rabbia;
- i lavori che non consentono un miglioramento della propria posizione (o quelli in cui ci si vede sorpassati dal solito ruffiano).

Sono situazioni che non sempre portano a vivere una serata di **relax**, in cui lasciarsi andare ed avere una risposta fisiologica adeguata. Ci siamo capiti.

## Lavoro e impotenza: lo stress cronico

Lo stress, però, non è sempre uno stato passeggero. Esiste, infatti, lo **stress cronico** che può essere provocato, per esempio, da un rapporto di **lavoro problematico** o da un'attività che richiede un **impegno fisico e psichico** eccessivo. In che modo influisce sulla vita sessuale e, in particolare, sull'**impotenza**?

Lo stress cronico aumenta un paio di ormoni «d'allarme», cioè l'adrenalina ed il cortisolo, che con il sesso non vanno per nulla d'accordo. Lo stato d'allerta, infatti, è controllato dal sistema neurovegetativo e di fronte ad una potenziale minaccia esterna, di cui lo stress è un forte segnale, tende ad escludere la **sessualità** per concentrarsi su ciò che ritiene più importante. Detto in altre parole: il nostro corpo non capisce se lo stress è dovuto ad una vera minaccia oppure ad altro, come ad esempio un **eccessivo carico di lavoro** o un'attività particolarmente logorante. Ed in questa situazione di **disagio** e di allarme permanente, l'ultima cosa che vuole è il sesso. Da qui può derivare per l'uomo l'impotenza.

## Lavoro e impotenza: lo stato d'ansia

Simile allo stress, l'**ansia** che deriva dal lavoro può avere delle ripercussioni serie sulla **vita sessuale**. L'uomo in preda all'ansia non riesce a concentrarsi sulla propria eccitazione e, di conseguenza, fatica ad avere e a mantenere un'erezione. Questo perché si liberano nel sangue alte quantità di **adrenalina** che, come detto, è nemica del **seesso**.

## Ci sono dei lavori che possono generare impotenza?

L'abbiamo detto all'inizio: tutto è relativo. Alcuni lavori possono essere fisicamente o psicologicamente logoranti ma, se vissuti bene, non creano alcun tipo di stress o di ansia. Viceversa, attività teoricamente più tranquille ma svolte in un ambiente di **tensione tra colleghi** o poco appaganti, possono essere in grado di rovinare la vita a chiunque.

Non esiste, quindi, un **lavoro** che provochi automaticamente l'**impotenza sessuale**. Esiste, più probabilmente, un modo sbagliato di approcciarsi al lavoro, di vivere il lavoro, che può generare questo tipo di disturbo.

Il discorso cambia, invece, se parliamo di attività a contatto con delle sostanze che possono nuocere l'organismo o, comunque, provocare impotenza. Può correre questo rischio, come sostenuto dagli andrologi, l'uomo che lavora a contatto con piombo, amianto o cloruro di vinile, ma anche con insetticidi e con **prodotti chimici** che si trovano nei detersivi (l'alchifenolo), nei lubrificanti dei profilattici (il nonoxifenolo) e nelle otturazioni dentali (il bisfenolo).

## **Note**

*Autore immagine: 123rf.com*