

Psicólogos em São Paulo

E-book

Tratamentos para Ejaculação Precoce



SUMÁRIO

1 Histórico.....	4
2 Causas.....	8
3 Intervenção.....	13
4 Psicoterapia.....	19

Psicólogos em São Paulo

Capítulo 1

EJACULAÇÃO PRECOCE



CAPÍTULO I - EJACULAÇÃO PRECOCE

A ejaculação precoce refere-se a ejaculação com uma estimulação sexual mínima, antes, no momento ou pouco tempo depois da penetração e “antes do que a pessoa desejaria”. A existência de doenças orgânicas, o uso de medicamentos, de drogas lícitas ou ilícitas, são aspectos que devem ser investigados na vida do homem que apresenta dificuldades sexuais, pois pode prejudicar o processo de excitação, levando à disfunção sexual. Ejaculação precoce ou ejaculação rápida não é exclusivamente uma questão física, a ser tratada com medicamentos.

Ela é uma disfunção sexual que pode estar ligada a quadros de ansiedade e estresse, que por sua vez, podem ou não estar ligados a diagnósticos como depressão e transtornos de ansiedade e humor. Um dos modelos utilizados para a compreensão do funcionamento sexual é o ciclo da resposta sexual humana, desenvolvido por Masters e Johnson (estudiosos pioneiros da sexologia nos EUA) ao final da década de 60.





Tal ciclo é caracterizado como uma sucessão de transformações físicas, cujo objetivo é preparar os corpos de dois parceiros para o ato sexual. Dividem-no em quatro fases sucessivas: excitação, platô, orgasmo e resolução. Posteriormente, Kaplan (médica austro estadunidense e pioneira no estudo da sexologia humana) acrescenta o desejo sexual como o estágio inicial, desconsiderando a fase de platô. Desejo, excitação, orgasmo e resolução são as etapas do ciclo sexual adotadas pelo DSM-IV (Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais, de 1995) para classificação dos transtornos. Apesar da conveniência de se utilizar esse modelo com fins descritivos, é preciso lembrar que suas fases nem sempre são distintamente separadas e podem variar muito de pessoa para pessoa ou, ainda, a cada encontro sexual.

Psicólogos em São Paulo

Capítulo 2

TRATAMENTOS



CAPÍTULO II - TRATAMENTOS

Assim como as disfunções sexuais são geralmente causadas por fatores orgânicos e psicológicos, as estratégias terapêuticas também podem combinar opções farmacológicas, quando disponíveis, com terapia sexual. O tratamento pode ser feito de forma multidisciplinar, dependendo da etiologia e do tipo de disfunção, e consiste de educação, informação e aconselhamento sobre a resposta sexual (o que, em muitos casos, já é efetivo), psicoterapia e terapia sexual. O incentivo à comunicação do casal, ver a relação sexual não como uma exigência e a permissão para que os parceiros se entreguem ao prazer são pontos importantes a serem abordados. Existem vários tratamentos para o retardamento da ejaculação precoce como, por exemplo: a masturbação antes do coito, banho de chuveiro frio, uso de sedativos, repetitivas práticas sexuais com a parceira até o orgasmo, o uso de preservativo ou a aplicação de analgésico no pênis para diminuir a sensibilidade, a prática de exercícios mentais para desviar atenção no ato sexual focalizada em uma experiência desagradável.



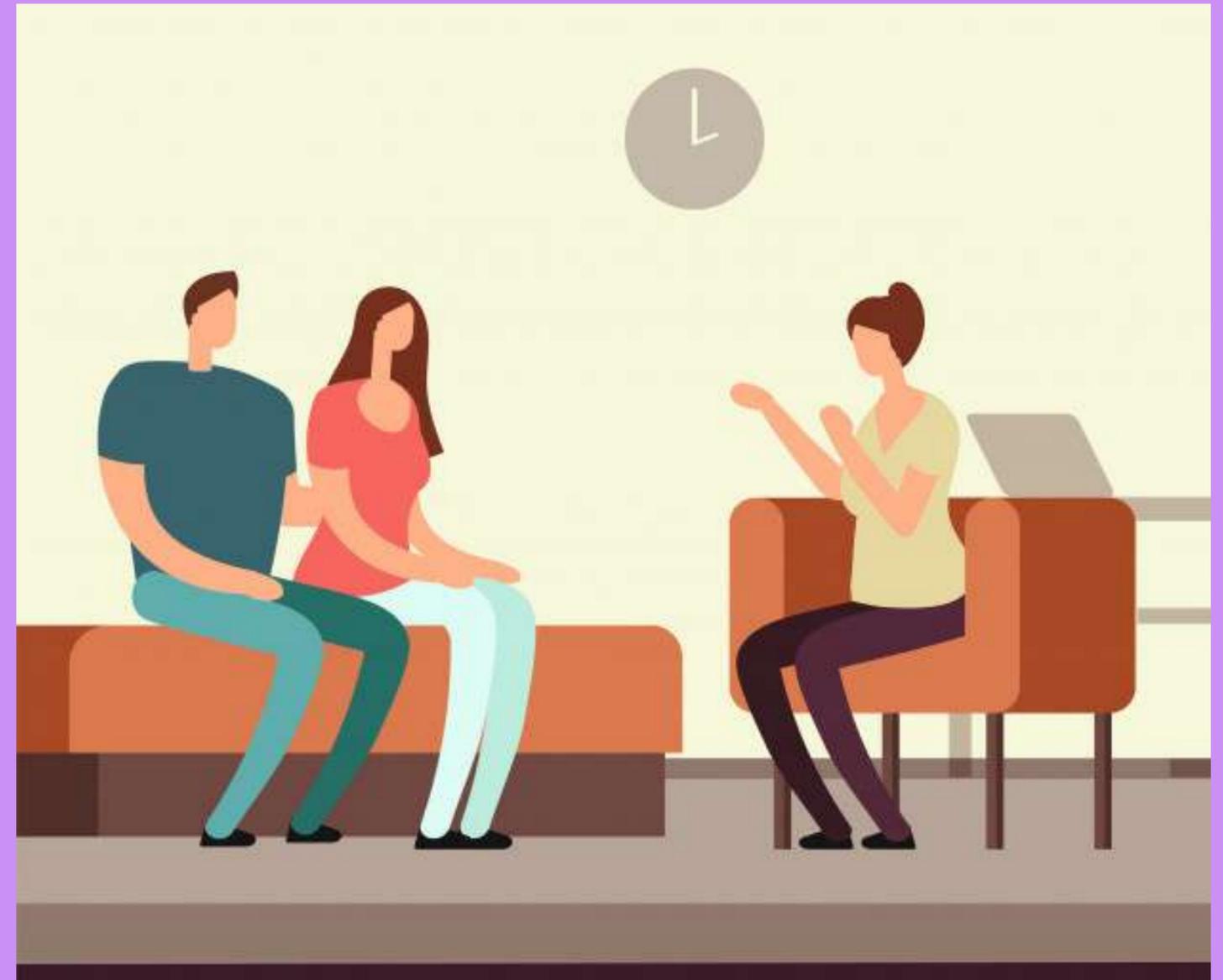


Todos estes métodos de uma forma ou outra auxiliam como mecanismo para retardar o início da excitação aguda, mas não melhoram o controle, desde que seja atingida intensa excitação erótica. Além disso, deve-se estimular a adoção de hábitos de vida mais saudáveis, tratar patologias orgânicas ou psiquiátricas coexistentes, modificar os esquemas terapêuticos que eventualmente estejam interferindo no desempenho sexual e considerar a possibilidade de terapia de casal. Esta última, além de melhorar a comunicação do casal, pode solucionar conflitos relacionais.

Referências: MARQUES, Florence Zanchetta Coelho et al. Resposta sexual humana. Rev. Ciênc. Méd., Campinas, 17(3-6):175-183, maio/dez., 2008. DA SILVA, André Luís; DE ORNELAS MAIA, Ana Claudia C. A evolução da sexualidade masculina através do tratamento da ejaculação precoce sob a luz da terapia cognitivo-comportamental. Cadernos UniFOA, v. 3, n. 1 (Esp.), p. 87-96, 2017.

Terapia Sexual/Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) para Ejaculação Precoce

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) acredita que modificação de pensamentos e/ou crenças podem influenciar os comportamentos e vice-versa. Durante a TCC o(a) terapeuta visa extinguir, alterar ou promover algumas ações que podem ser consideradas boas ou ruins em relação ao bem-estar da pessoa atendida. Masters e Johnson demonstraram que um forte componente de aprendizagem estaria intimamente ligado à ejaculação precoce e que os homens se condicionariam a uma fácil e rápida ejaculação, estabelecendo esse comportamento sexual por toda a vida. Sem esquecer do fator ansiedade, apontada como grande causadora da ejaculação precoce, o condicionamento pode ter um papel decisivo no estabelecimento da ejaculação prematura.





Kaplan acredita que a ansiedade é o problema básico na ejaculação prematura. De acordo com esta formulação, o homem experimenta a ansiedade exatamente ao atingir os altos níveis de excitação erótica, é esta ansiedade que dispara o orgasmo involuntário. Os principais objetivos na terapia sexual são:

- A) Definir a natureza da disfunção sexual e quais são as mudanças desejadas;
- B) Obter informações que permitam ao terapeuta propor uma formulação em termos de fatores predisposicionais, precipitantes e mantenedores;
- C) Com base nesta formulação, definir qual o melhor tipo de intervenção terapêutica;
- D) Iniciar o processo terapêutico;
- E) Avaliar o processo e introduzir eventuais mudanças no planejamento, se necessário;
- F) Tomar medidas para a prevenção de recaídas.

Psicólogos em São Paulo

Capítulo 3

PSICANÁLISE



CAPÍTULO III - PSICANÁLISE

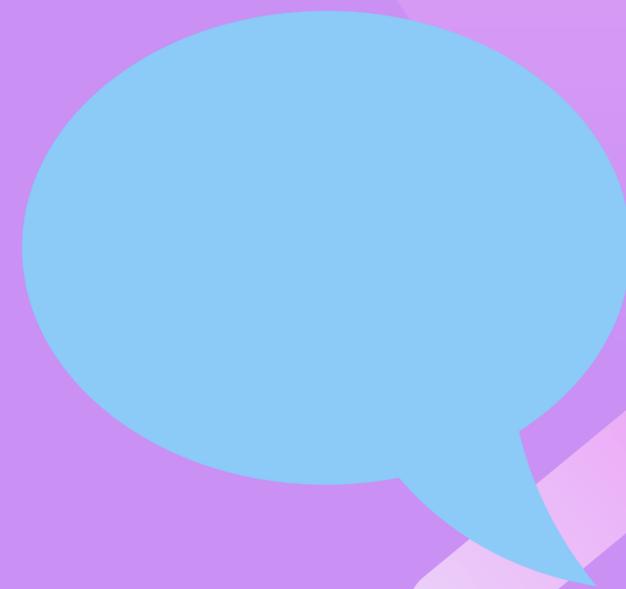
O tratamento psicanalítico para ejaculação precoce se propõe a investigar os atributos desafiadores da personalidade do paciente em relação a sexualidade e, ademais, à figura da mulher. Na abordagem psicanalítica entende-se que conflitos inconscientes em relação às mulheres podem fazer da ejaculação precoce um modo simbólico de negar-lhes o prazer. Na terapia para ejaculação precoce com base psicanalítica, lida-se não só com a relação sexual e suas disfunções mas também com a relação com o feminino, a mulher e suas reverberações na vida interior e exterior do paciente.



Psicólogos em São Paulo

Capítulo 4

PSICOTERAPIA



CAPÍTULO III - PSICOTERAPIA

Psicoterapia Psicodinâmica para Ejaculação Precoce

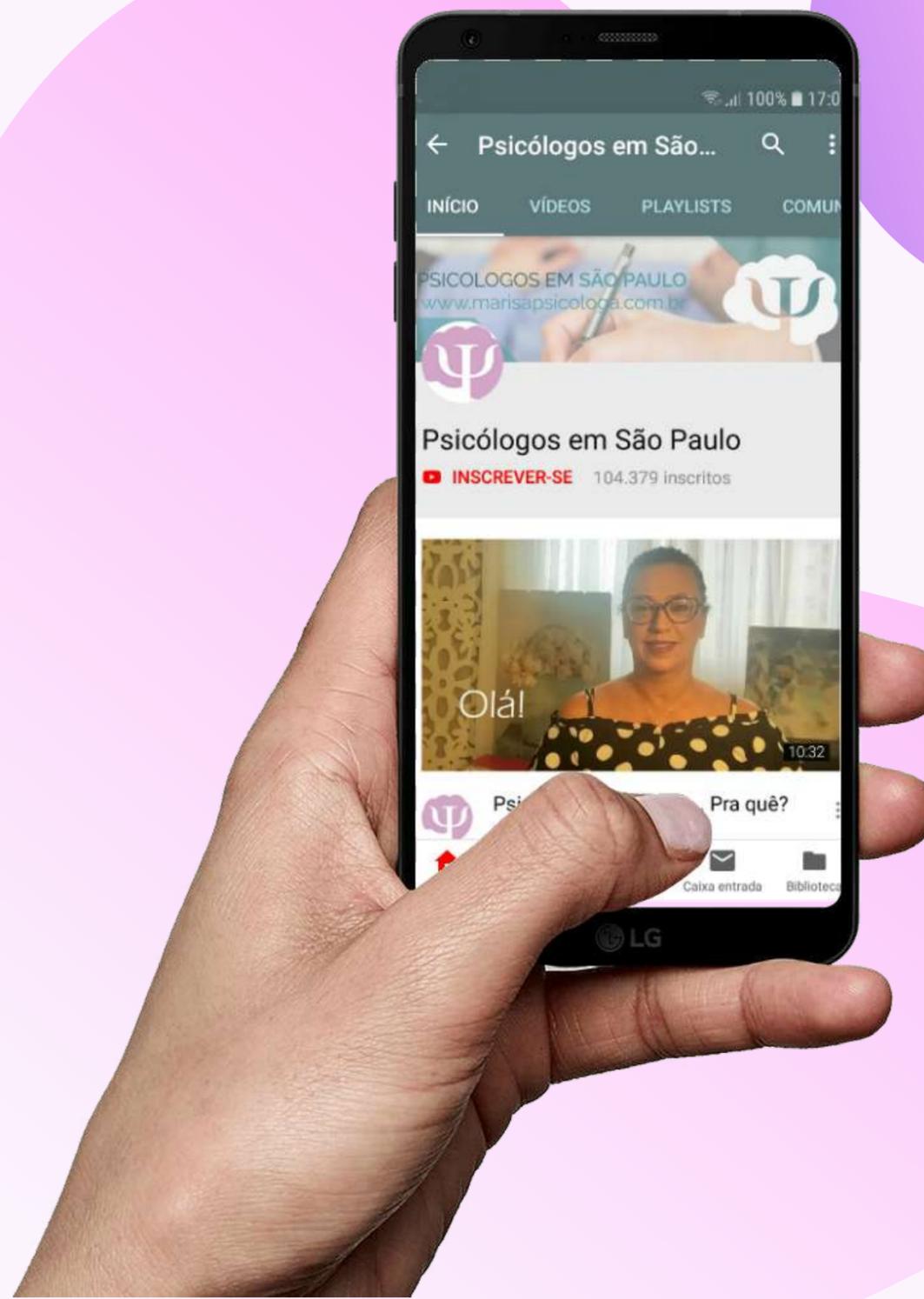
Baseada na Psicanálise a psicoterapia psicodinâmica busca, independente da vertente adotada teoricamente, auxiliar na compreensão e superação de um mal de origem psicológica. O(a) psicoterapeuta buscará compreender as manifestações da ejaculação precoce dentro de um contexto biopsicossocial localizado na história pessoal de cada um. Repetidas experiências negativas durante o encontro sexual, frustrações, decepções, cobranças explícitas ou veladas podem gerar temores e receios sobre as próximas relações sexuais.



Assista vídeos exclusivos!

PRODUZIMOS SEMANALMENTE COM CARINHO PARA VOCÊ.

Assine nosso canal no YouTube e clique no "sininho das notificações"



Saiba mais:



(11) 99787 -451

WHATSAPP - Clique aqui e envie uma mensagem



TELEFONE

(11) 3262-0621



SITE

www.marisapsicologa.com.br



ENDEREÇOS

Unidade I: Rua Bela Cintra, 968 – Paulista;

Unidade II: Rua Frei Caneca, 33 –

Consolação.



REDES SOCIAIS



Página - Psicólogos em São Paulo



Canal - Psicólogos em São Paulo



@psicologomaris



@psicologoemsaopaulo