

Mise au point d'une médecin-psychiatre sexologue alors qu'on évoque la mise sur le marché pharmaceutique d'un médicament destiné à corriger les troubles du désir féminin

Cet obscur objet du désir

Les troubles du désir sont un des motifs les plus fréquents de demande de consultation sexologique, qui concernent selon les différentes études entre 10 et 40 % des femmes. Donc un marché commercial potentiellement gigantesque pour l'industrie pharmaceutique qui découvrira une molécule efficace pour émoustiller une libido en berne ! Souvent, une femme consulte sous la pression de son partenaire qui n'en peut plus d'être frustré, alors qu'elle dépose sereinement un « Moi je pourrais très bien m'en passer » sous ses yeux ébahis ... Mais qu'en est-il de sa satisfaction à elle au terme de leurs ébats habituels ? En retire-t-elle aussi du plaisir ou se contente-t-elle de le simuler pour satisfaire sa virilité ou le ménager ? Question indiscreète que je m'aventure souvent à poser ...

Le désir féminin, un phénomène mystérieux et complexe

Alors que la majorité des hommes s'excitent en voyant une femme désirable, ces dernières, ayant appris à baisser les yeux pour ne pas encourager des échanges plus intimes avec un inconnu qui passe, ont plutôt appris à inhiber le canal d'excitation visuel. Elles seraient donc plus auditives, sensibles aux compliments, aux mots d'amour ou cochons, aux encouragements verbaux à se détendre, à s'abandonner, à se laisser aller au plaisir.

Mais nous savons tous que les femmes n'aiment pas dissocier le sexe de l'amour. Qu'il leur faut des sentiments amoureux, des émotions fortes, de l'engagement ! Ce qui n'est pas toujours le fort de ces messieurs qui préfèrent ne pas trop s'aventurer sur ce terrain délicat et glissant ... Relation durable ou aventure d'un soir ? La première étouffe le désir, alors que la deuxième le stimule. De plus en plus de femmes « casées » se permettent des infidélités occasionnelles ou passagères pour relancer leur libido assoupie par la monotonie trop prévisible de leur partenaire officiel. D'autres se contentent de se faire belles et de séduire, pour vérifier qu'elles peuvent plaire et se sentir désirables. Savez-vous Messieurs que se sentir désirée est un des plus forts stimulants du désir féminin ?

Consommer des drogues ou boire de l'alcool est un autre moyen de réveiller un désir inhibé par la bonne éducation et les normes sociales. Sortir, draguer, regarder des hommes dans les yeux, danser, explorer, s'ouvrir à de nouvelles possibilités, s'offrir de la nouveauté dans son intimité, faire des expériences, chercher le changement, s'autoriser à être curieuse, s'aventurer sur des terrains encore inconnus ... tout cela stimule fortement le désir sexuel !

Le désir rend possible l'impossible

Un brin d'humour, savoir faire rire l'autre ou l'assemblée, sont aussi des qualités précieuses chez un homme qui se veut séducteur. La complicité dans le couple, les échanges remplis de connivence, une bonne communication sont des ingrédients connus pour entretenir le désir dans un couple établi.

Un Viagra pour les femmes enfin disponible ?

Ce serait merveilleux s'il suffisait d'une pilule rose pour (r)éveiller le désir féminin ! L'apparition du Viagra en 1998 sur le marché nous a fait rêver d'une vie meilleure, où les problèmes sexuels seraient soignés par un médicament. Depuis lors, de nombreux autres traitements des dysfonctions sexuelles masculines ont été proposés aux médecins s'intéressant à la sexualité humaine. Aucun n'a d'effet miracle garanti ! Certains sont efficaces, plusieurs sont utiles, parfois d'une aide précieuse.

Mais l'être humain est complexe et, comme me l'a appris mon maître, Willy Pasini, pour être un bon sexologue, il faut avoir plusieurs cordes à son arc. Sur le plan physique, les cycles menstruels, les grossesses, l'accouchement, l'allaitement et tous les changements hormonaux vécus dans le corps des femmes, ont un fort impact sur le désir sexuel. Il suffit d'ailleurs d'un peu de testostérone (la puissante hormone du désir masculin) pour booster une libido défaillante. Mais les femmes craignent trop d'être « virilisées » pour prendre ce traitement miracle très efficace. Et puis, elles n'aiment pas trop « ne penser qu'à ça » et l'abandonnent assez vite après l'avoir essayé ... !

Sur le plan psychologique, on peut stimuler ses envies en lisant de la littérature érotique, qui foisonne enfin sur les rayons des librairies depuis le spectaculaire succès des « 50 nuances de Grey ». Celles qui s'y sont aventurées ont enrichi le spectre de leurs fantasmes érotiques et décuplé leur libido, au moins le temps de la lecture. Lire des romans érotiques est un excellent moyen d'entretenir son moteur imaginaire sur la durée.

La qualité de la relation conjugale joue aussi un rôle primordial sur le désir. Avoir un partenaire amoureux et attentionné, qui vous donne l'impression qu'il vous aime plus qu'il ne vous considère comme un objet sexuel est un avantage certain. L'art de la confrontation et de la résolution des conflits est aussi nécessaire pour préserver l'harmonie conjugale et la disponibilité sexuelle. Rares sont celles qui aiment se réconcilier sur l'oreiller, nombreuses sont celles qui boudent après une dispute et refusent tout rapprochement intime, attendant que l'ambiance relationnelle redevienne plus sereine.

Les demandes et performances sexuelles dudit partenaire sont aussi en jeu : est-il possible de le satisfaire ou en veut-il toujours plus, même si on le fait tous les jours ? Est-il sensible et attentif au plaisir de sa partenaire féminine ou se contente-t-il du sien ? Est-il capable de se retenir suffisamment longtemps pour qu'elle ait le temps d'y parvenir avec lui ? Ose-t-elle exprimer ses attentes et ses envies, et en tient-il compte souvent, parfois, jamais ? Nous sommes là au cœur de la consultation sexologique, de ce qui va conditionner l'accès au plaisir et l'encouragement au désir, en suivant la boucle naturelle qui nécessite impérativement des sentiments de satisfaction sexuelle partagés.

La pilule du désir existe-t-elle ?

Je rêve que oui ! Et pas que pour les femmes ... Car je vois de plus en plus souvent de couples où c'est l'homme qui est en panne de désir. Et il n'existe pas encore de médicament efficace labellisé.

Bienvenue à la flibansérine ou à l'Addyi. Mais se pose alors la question du prix du traitement ? Et qui va le payer ? Sera-t-il remboursé ? Les assurances maladie vont-elles considérer que l'épanouissement sexuel connu pour être favorable à une bonne santé physique et psychique mérite d'être encouragé et pris en charge ? Cela pose une question de santé publique qui mérite d'être réfléchie et débattue.