

Il libro

Un nuovo saggio su anatomia e miti da sfatare

La zona del piacere femminile è più estesa di quanto immaginiamo, gli organi sessuali di una donna hanno alcuni punti in comune con quelli degli uomini. Nina Brochmann (31 anni) e Ellen Stokken Dahl (27 anni) sono due studentesse norvegesi di Medicina all'Università di Oslo e hanno scritto insieme *Il libro della vagina*, un saggio sul sesso femminile (edito in Italia da **Sonzogno**) che sfata molti miti ed esamina quella parte del corpo della donna a tutto tondo, dall'anatomia alla sessualità passando per contraccezione, disturbi e irritazioni. Per le autrici la felicità nel sesso passa prima di tutto dalla conoscenza del proprio corpo: secondo loro

sul sesso femminile ne sappiamo poco perché «è ancora visto come un cosa sporca e un vero e proprio tabù». Per questo, a sorpresa, tra i lettori del saggio ci sono «donne di tutte le età e anche tanti uomini che vogliono conoscere meglio il corpo femminile». Ma il vero segreto per una vita sessuale felice, spiegano le autrici al *Corriere della Sera*, è proprio la comunicazione. «Le ricerche dimostrano che le coppie che parlano in modo aperto sia di sesso che di emozioni hanno vite sessuali più appaganti e intense. Sono anche più soddisfatte nella relazione in sé». Un paio di consigli per farlo: «Dare feedback positivi ma anche segnalare cosa non ci piace, così come essere sinceri su emozioni e ansie». E soprattutto «dare sempre priorità al tempo da passare in coppia. Per avere una vita sessuale felice non basta passare dieci minuti a letto insieme prima di addormentarsi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Autrici Nina Brochmann ed Ellen Stokker

