EUGENIA CARLOTTA ARBUS, FRANCESCA MAMO

RELAZIONI A RISCHIO: TRA ESCLUSIONE E TUTELA SANITARIA

La sicurezza che discrimina

Collana **Psiche e dintorni**
diretta da *Francesca Andronico e Loredana Petrone*

© Copyright

Alpes Italia srl – Via G. Gatteschi, 23 – 00162 Roma, tel./fax 06-39738315

I edizione, 2025

EUGENIA CARLOTTA ARBUS: La salute sessuale è molto più di una semplice funzione biologica: è un ponte tra benessere fisico, equilibrio emotivo e autenticità personale. Chi sono? Mi chiamo Eugenia Carlotta Arbus, sono un medico che abbraccia ogni aspetto del benessere, sia fisico che mentale. Ho un master di II livello in Psicosessuologia Clinica, il quale mi consente di affrontare la sessualità da una doppia prospettiva: medica e psicologica, permettendomi di analizzare anche il modo in cui pensieri, emozioni e relazioni influenzino il piacere e il desiderio. Mi occupo di sessualità, affettività e relazioni con un approccio integrato tra medicina e psicosessuologia. Affronto temi spesso considerati scomodi – come le disfunzioni e difficoltà sessuali, la prevenzione delle IST, il consenso, l'inclusività – offrendo strumenti concreti per migliorare la consapevolezza di sé e il benessere relazionale. Accanto all'attività clinica, porto avanti interventi educativi rivolti a scuole, famiglie e professionisti sanitari, per promuovere una sessualità libera da stigma, consapevole e rispettosa. Credo fermamente che il benessere derivi dall'equilibrio tra corpo e mente. Per questo dedico tempo sia alla mia crescita fisica, attraverso la pallanuoto – sport che pratico sin da piccola e che oggi mi vede impegnata nella massima serie della British Water Polo League (BWPL) – sia alla mia crescita personale, attraverso percorsi di formazione e consapevolezza. Lo sport mi ha insegnato disciplina, resilienza e la profonda connessione tra salute fisica e salute mentale, valori che porto nella mia pratica clinica. Inoltre, collaboro con l'Accademia Formazione Avanzata Miglioro®, un progetto dedicato allo sviluppo del benessere psico-fisico, della comunicazione relazionale, della crescita professionale e alla ricerca di equilibrio interiore. La mia esperienza, maturata sia come professionista della salute che come atleta, mi ha portata a lavorare con atleti e team sportivi di alto livello, tra cui il Cagliari Calcio, e a ricoprire il ruolo di medico responsabile dell'assistenza sanitaria per le società di pallanuoto Promosport e Rari Nantes Cagliari. Questa sinergia tra medicina, psicosessuologia, sport e crescita personale è il cuore del mio lavoro: un approccio globale e multidisciplinare per migliorare la qualità della vita in ogni suo aspetto.

FRANCESCA MAMO: Psicologa, psicoterapeuta, psicosessuologa, criminologa clinica, esperta in violenza di genere, docente master Unicusano, socia fondatrice Associazione MinD.

Immagine di copertina e immagini interne di Elide Sandrin.

Impaginato interno a cura di Giulia Salerno.

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari e artistici sono riservati.

È vietata qualsiasi riproduzione, anche parziale, di quest'opera.

Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualsiasi procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, disco o altro) costituisce una contraffazione passibile delle pene previste dalla Legge 22 aprile 1941 n. 633 e successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore.

Indice

Prefazione	V
1. Introduzione al problema	1
1.1 Generalità anatomiche tra individui AMAB e AFAB	3
1.1.1 <i>Apparato genitale femminile</i>	5
1.1.2 <i>Apparato genitale maschile</i>	8
1.2 Differenze fisiologiche dell'apparato sessuale femminile e maschile	9
1.2.1 <i>Risposta sessuale in individui AMAB e AFAB</i>	10
1.2.2 <i>Orgasmo in individui AMAB e AFAB</i>	10
1.2.3 <i>Eiaculazione in individui AMAB e AFAB</i>	11
1.3 Sesso biologico e identità di genere.....	13
1.3.1 <i>Influenza sulle politiche sanitarie (prevenzione dei pregiudizi nel personale sanitario)</i>	15
1.4 IST – Infezioni sessualmente trasmissibili.....	16
1.4.1 <i>Descrizione delle principali IST e i loro sintomi</i>	17
1.4.2 <i>Screening e protocolli</i>	19
2. Stato dell'Arte: background e riferimenti	23
2.1 Evoluzione dell'educazione sessuale: confronto internazionale e problemi attuali...24	
2.1.1 <i>Educazione sessuale globale</i>	24
2.1.2 <i>Educazione sessuale: Italia</i>	29
2.1.3 <i>Impatti per mancanza di educazione sessuale e all'affettività</i>	30
3. Il problema: unconscious bias nei criteri di selezione nelle donazioni di sangue ed emocomponenti in Italia	35
3.1 Analisi delle donazioni di sangue in Italia	37
3.2 Implicazioni dei CET nelle donazioni di sangue ed emocomponenti.....	40
3.3 Analisi del punto B24 dei CET	43
3.3.1 <i>Conclusioni generali del sondaggio</i>	54
3.4 Esigenza critica di revisione dei CET nella donazione di sangue ed emocomponenti.....	56

4. Prospettive e soluzioni innovative per la salute pubblica: visione integrata del benessere globale	59
4.1 Il benessere sessuale e la sua importanza.....	60
4.2 Approcci innovativi nella salute pubblica e nel benessere sessuale: mindfulness, coerenza cardiaca e agopuntura.....	64
4.2.1 <i>La mindfulness nel contesto della sessualità</i>	65
4.2.2 <i>Coerenza cardiaca: avanzamenti e impatti nella sessuologia</i>	67
4.2.3 <i>Medicina tradizionale cinese: l'agopuntura in campo sessuologico</i>	69
4.3 Implicazioni terapeutiche ed educative.....	70
5. Conclusioni	73
Appendice	77
Bibliografia	85

Prefazione

“La paura del cambiamento ci fa preferire l’infelicità conosciuta alla possibilità di felicità incerta”.

VIRGINIA SATIR

C’è un paradosso che attraversa il nostro tempo: viviamo in una società iper-sessualizzata, in cui la sessualità è continuamente esposta, esibita, narrata – ma raramente davvero compresa. Se da un lato il linguaggio del sesso è ovunque, dall’altro l’educazione sessuale – quella fondata su ascolto, consapevolezza, rispetto, scienza – resta un tabù, una zona cieca del nostro sistema culturale e istituzionale. E come ogni assenza educativa, anche questa genera effetti concreti: ignoranza, stigma, discriminazione, paure, false convinzioni che diventano norme.

In questo libro, l’autrice parte proprio da una domanda tanto semplice quanto rivoluzionaria: **cosa succede quando le politiche sanitarie non si fondano su dati scientifici aggiornati, ma su vecchi modelli culturali?** La questione della donazione di sangue, apparentemente tecnica, nasconde in realtà un intreccio profondo tra sapere medico, moralismo sociale, sessualità e diritti.

Oggi, in Italia, chiunque abbia avuto più partner sessuali nei quattro mesi precedenti – o rapporti considerati “occasionalni” – viene escluso dalla possibilità di donare il sangue. Questo accade indipendentemente dalla sua condotta protetta, dal senso di responsabilità, dalla regolarità dei test a cui si sottopone. Non conta il comportamento reale: conta la struttura della relazione. Conta l’apparenza della “normalità”, non la sostanza del rischio.

Ecco, allora, che la medicina si confonde con il giudizio. Ecco che l’anamnesi diventa un atto morale e mentre chi ha comportamenti sessuali sani ma non conformi viene escluso, altri – che magari tacciono o si adattano alle domande – continuano a donare. Il risultato è un doppio danno:

si scoraggia chi è trasparente e consapevole, e si favorisce, indirettamente, chi si piega al sistema senza realmente offrire garanzie maggiori.

L'autrice, medico prima ancora che ricercatrice, ha vissuto questo paradosso da vicino. Ha dovuto dire "no" a persone sane, informate, responsabili. Ha dovuto negare il loro contributo non per una reale pericolosità clinica, ma per l'aderenza o meno a un modello relazionale ritenuto accettabile. Da qui nasce la sua analisi – lucida, documentata, ma anche profondamente sentita – che intreccia medicina, educazione, sessualità e giustizia sociale.

Il cuore di questo testo non è solo la donazione del sangue. È il diritto di ognuno a essere valutato per **ciò che fa**, non per **ciò che rappresenta agli occhi della norma**. È l'urgenza di costruire una sanità più informata, più umana, più equa. È la denuncia di un sistema che preferisce mantenere il controllo sulle vite, piuttosto che accompagnarle con strumenti educativi e scientifici adeguati.

A fianco dell'autrice, la collaborazione con me che sono una psicoterapeuta e sessuologa aggiunge profondità: questo è un libro che non separa mai il corpo dalla mente, la salute dalla dignità, la tecnica dalla responsabilità etica.

Siamo nel mezzo di una trasformazione sociale profonda. Le relazioni cambiano, le forme dell'intimità si moltiplicano, il modo in cui parliamo di sesso si arricchisce di sfumature. Ma i sistemi pubblici – educativi, sanitari, politici – spesso restano fermi, impigliati in una visione binaria, rigida, sorpassata.

Questo libro vuole essere una spinta gentile ma ferma. Un invito a fare luce dove si continua a non guardare. Un'esortazione a riformare non solo i protocolli sanitari, ma l'intero modo in cui pensiamo il rapporto tra **corpo, sessualità e cittadinanza attiva**.

Perché il sangue, da sempre simbolo di vita, non dovrebbe mai essere terreno di esclusione.

Perché un sistema che chiede responsabilità deve saperla riconoscere.

Perché non è più accettabile che il pregiudizio venga mascherato da prudenza.

Prefazione

Questo libro parla di sangue. Ma in fondo, parla di qualcosa di ancora più profondo: **parla di libertà, di coscienza, di verità.**

Dr.ssa Francesca Mamo