



## La Bicicletta e i problemi sessuali

Data 06 maggio 2003  
Categoria urologia

La bicicletta deve essere considerata un importante fattore di rischio per la disfunzione erettiva".

E' questo l'allarme che Irwain Goldstein, professore di urologia all'università di Boston ed esperto mondiale sulla disfunzione erettiva, continua a rilanciare.

Il problema era già stato segnalato negli anni passati da vari autori, soprattutto norvegesi e francesi, ma mai con tanta determinazione e preoccupazione. "E l'allarme bicicletta, sempre secondo lo studioso americano, scatterebbe dopo solo tre ore di allenamento alla settimana ed interesserebbe proprio tutti: bambini, giovani, adulti e anche le donne". Attualmente non esiste una esatta conoscenza sulla prevalenza della disfunzione erettiva associata al ciclismo su larga scala ma i dati riportati dal ricercatore su circa 400 ciclisti studiati sono interessanti ed al tempo stesso molto curiosi. Infatti, quelli che più frequentemente andrebbero incontro a disturbi sessuali sarebbero i ciclisti della domenica, mentre quelli che ne soffrirebbero meno sono gli appassionati delle mountain bikers. In particolare lo studioso ha osservato che l'incidenza della disfunzione erettiva variava dal 9 al 13 % ma l'origine era sempre traumatica: così i ciclisti del weekend sono risultati al primo posto con il 41%, soggetti sotto i 10 aa che imparano ad andare in bicicletta (30%), ciclisti che utilizzano la bicicletta per andare al lavoro (22%), ciclisti professionisti che si esercitano regolarmente (20%), adolescenti che si divertono ad andare in bicicletta (19%), "patiti della bicicletta" (17%). Il 72% dei soggetti con deficit erettivo aveva utilizzato sellini stretti ed allungati, il rimanente sellini a tavoletta. Secondo il ricercatore la causa dei disturbi erettivi sarebbe soprattutto nei problemi vascolari.

Nella sua esperienza infatti, l'insufficiente apporto di sangue arterioso ai corpi cavernosi rappresentava la causa dominante del deficit erettivo (58%), più del doppio di frequenza rispetto alla disfunzione venooclusiva (26%). Nel rimanente 16% erano presenti problemi neurologici.

Il ricercatore ha quindi riferito che su un altro campione di 81 ciclisti, nell'84% il ciclismo era stata la causa di almeno un episodio di insensibilità al perineo o di arsuria della cute perineale mentre il 9% ricordava un incidente esitato in bruciori e dolori durante la minzione o addirittura fuoriuscita di sangue con le urine.

Il meccanismo d'azione:

La relazione tra una pressione continua di lunga durata e l'impotenza non è nuova ma risale agli antichi greci ed è stata descritta per la prima volta da Ippocrate in alcuni cavalieri sciiti.

Esistendo molte omologie tra l'anatomia sessuale dell'uomo e della donna, le disfunzioni sessuali e le alterazioni del tratto urinario sarebbero da attribuire al traumatismo compressivo che si realizza tra il sellino, i tessuti molli e le ossa del bacino, nel momento in cui si va in bicicletta per più di tre ore alla settimana e può interessare, separatamente o in associazione, la componente vascolare (arteriosa e venosa) e quella neurologica.

Nello caso specifico verrebbero danneggiati i vasi ed i nervi nel canale di Alcock e lungo la branca ischiopubica.

L'augurio del ricercatore è stato quello secondo cui, ben presto la case produttrici di bicicletta possano realizzare un sellino che riduca questi rischi. I tedeschi stanno già sperimentando qualcosa!

Intanto speriamo che in futuro venga condotto uno studio scientifico serio e multicentrico, coordinato (perché no!) anche dalla società Italiana di Andrologia e che coinvolga una larga popolazione di ciclisti.

I disturbi sessuali nelle donne cicliste:

Delle 282 donne esaminate il 93% delle cicliste erano road bikers, solo l'11% erano professioniste; il 57% usava biciclette con il sellino stretto, il 75% biciclette con sellino a tavoletta. Il 32% avevano riportato un episodio di trauma sul telaio della bicicletta, il 44% dei quali associati a strappi o abrasioni, il 19% associati ad ematuria o disuria, il 34% ad insensibilità del perineo, l'1.5% frattura pelvica e l'1.8% stenosi uretrali.

Goldstein conclude osservando che le disfunzioni sessuali ed i disturbi del tratto urinario basso nella donna correlate al ciclismo, come per il maschio, sono direttamente proporzionali alla dose di esposizione del fattore di rischio stesso, e cioè alle ore trascorse sulla bicicletta