



TRATAMIENTO DE LA DISFUNCIÓN SEXUAL EN LA MUJER

- Asesoramiento inicial:

- Muchos de los problemas sexuales son causados o mantenidos por la ansiedad, inhibición y el sentimiento de culpa. El hecho de que el personal sanitario le permita verbalizarlos, ayuda a normalizarlos y aceptarlos.
- Ofrecer información correcta sobre anatomía y fisiología sexual. En muchos casos, esto sirve para disipar mitos y creencias erróneas.
- Reevaluar hábitos de vida que pueden influir en la sexualidad: alimentación, estrés, imagen corporal y tabaquismo.
- Sugerencias específicas: Orientaciones prácticas adaptadas individualmente. Tendrán como fin mejorar la calidad y el tiempo de interacción sexual, así como optimizar la diversidad de prácticas sexuales.
- Dentro de las técnicas de rehabilitación sexual, se incluye la masturbación como vía de exploración de las propias sensaciones.
- Es importante que la pareja desarrolle una sensibilidad suficiente para percibir cuando es el lugar más óptimo para tener la relación: cuando más descansada y relajada se encuentre la persona afectada por el proceso oncológico. Puede hacerse uso de fantasías, masajes o técnicas de relajación, con el fin de aumentar el placer. Valoración de fármacos o de otras patologías concomitantes que puedan alterar la función sexual.
- Investigar creencias erróneas como mantener relaciones por que toca, por temor al abandono, ignorar problemas sexuales y creer que se resolverán solos, dar más importancia al placer de la pareja que al propio ...

Muchas de las disfunciones sexuales podrían mejorar con estas medidas iniciales, si no fuera así disponemos de más recursos.

- Tratamientos farmacológicos:

- Terapia hormonal sustitutiva: Puede lograr de una ligera a una moderada mejoría de la función sexual. Es incompatible con tumores hormona-dependientes.



InnovaHONCO

Hospital Universitario de Fuenlabrada

- Bupropion (antidepresivo), mejoría del trastorno del deseo sexual hipoactivo y de trastorno del orgasmo.

- Macandina y Ginko biloba: Evidencia muy limitada. Se ha visto que puede lograr el aumento del deseo sexual en mujeres con tratamientos antidepresivos.

- L-Argentina: Disminuye la sequedad vaginal e incrementa las sensaciones clitorianas. Puede aumentar la frecuencia del orgasmo, el número de encuentros sexuales y el deseo; Mejorando la vida sexual.

- Dispositivos:

- El dispositivo de vacío para succión de clítoris EROS CTD, aprobado por la FDA para la disfunción sexual femenina. Mejora los problemas de excitación y anorgasmia. Los vibradores y estimuladores clitoroideos son otros dispositivos de menor coste e incluso con mejores resultados. Además de aportar una mejoría en la disfunción orgásmica, pueden constituir una novedad en el juego sexual.

- Entrenadores de suelo pélvico: Además de los ejercicios de Kegel, existen unos ejercitadores del suelo pélvico que logran un entrenamiento más eficaz y divertido. Un ejemplo de este tipo de entrenadores es el dispositivo "Joy no Kehel". Entrenar la musculatura vaginal puede conseguir una reducción del dolor vaginal y reducir incontinencias leves de orina.