

Incluso para el tratamiento eficaz se debe excluir condiciones médicas o cambios hormonales. Su médico le puede recomendar:

- ❖ Ajustar o cambiar la medicación que tiene efectos secundarios sexuales.
- ❖ Tratar a un problema de tiroides u otra condición hormonal.
- ❖ Optimizar el tratamiento para la depresión o la ansiedad.
- ❖ Tratar estrategias para aliviar el dolor pélvico u otros problemas de dolor.

Para dudas o preguntas, discútalos con su médico.

Fuentes Informativas (Español):

- ❖ <https://psicologiymente.net/sexualidad/trastornos-sexuales-psicosexuales>
- ❖ <http://www.amssac.org/biblioteca/disfunciones-sexuales/>
- ❖ <http://www.dmedicina.com/enfermedades/ginecologicas/disfuncion-sexual-femenina.html>



6001 Vineland Road Suite 109, Orlando FL 32819
Phone: (407) 930-6684 / Fax: (949) 404-8433

Lumos Psychiatric Services



Folleto Educativo: Trastornos Sexuales Femeninos

Disfunciones Sexuales se caracterizan por una alteración del deseo sexual, por cambios psicofisiológicos en el ciclo de la respuesta sexual y por la provocación de malestar (“distress”) y problemas interpersonales. La disfunción sexual femenina puede ocurrir en cualquier etapa de la vida. Puede ser durante toda la vida o ser adquirida más tarde en la vida. Puede ocurrir sólo en ciertas situaciones sexuales o en todas las situaciones sexuales.

Existen 4 tipos generales:

- ❖ Las que afectan el deseo sexual de una persona, llamadas “Disfunciones del deseo”
- ❖ Las que impiden que una persona se excite, llamadas “Disfunciones de la excitación”
- ❖ Las que impiden que las personas logren el orgasmo: “Disfunciones del orgasmo”
- ❖ Las que pueden afectar tanto el deseo, como la excitación o el orgasmo; el dolor sexual, en cual incluye:
 - ❖ *El vaginismo* - Los músculos que rodean a la vagina se contraen, “se aprietan”, de manera que es muy difícil o imposible la introducción del pene a la vagina.
 - ❖ *La dispareunia* - Cuando sienten dolor físico en el área genital o sus alrededores ya sea durante o después de la actividad sexual

¿Cuáles son las causas?

- ❖ **Física:** Cualquier número de condiciones médicas, incluyendo cáncer, insuficiencia renal, esclerosis múltiple, enfermedades del corazón y problemas de la vejiga, pueden conducir a la disfunción sexual. Ciertos medicamentos pueden disminuir su deseo sexual y la capacidad de su cuerpo para experimentar el orgasmo.
- ❖ **Hormonal:** Niveles de estrógeno tienden a disminuir después de la menopausia, haciendo cambios en los tejidos genitales y la respuesta sexual. Una disminución de estrógeno conduce a la disminución del flujo sanguíneo a la región pélvica, que puede resultar en la necesidad de más tiempo para construir la excitación y alcanzar el orgasmo.
 - ❖ El revestimiento de la vagina también se vuelve más delgada y menos elástica, sobre todo si no es sexualmente activo. Estos factores pueden conducir relaciones sexuales dolorosas. El deseo sexual también disminuye cuando los niveles hormonales disminuyen.
 - ❖ Los niveles hormonales de su cuerpo también cambian después del parto y durante la lactancia materna, y puede afectar su deseo de tener relaciones sexuales.
- ❖ **Psicológico y Social:** La ansiedad o la depresión no tratada puede causar o contribuir a la disfunción sexual, igual que el estrés a largo plazo y una historia de abuso sexual. Las preocupaciones del embarazo y demandas de ser una nueva madre pueden tener efectos similares.
 - ❖ Conflictos con su pareja - sobre el sexo u otros aspectos de su relación
 - ❖ Las cuestiones culturales y religiosas
 - ❖ Los problemas con la imagen corporal también pueden contribuir

¿Cuáles son los síntomas?

En términos generales, la disfunción sexual femenina puede tener múltiples causas y diversas formas de presentación, pero sus síntomas son comunes: falta de interés en iniciar o participar en actos sexuales, falta de receptividad a la actividad sexual y la ausencia de pensamientos sexuales o fantasías.

¿Factores de riesgo?

- ❖ La depresión o la ansiedad
- ❖ Las enfermedades del corazón y los vasos sanguíneos
- ❖ Afecciones neurológicas, tales como lesiones de la médula espinal o esclerosis múltiple
- ❖ La insuficiencia hepática o renal
- ❖ Ciertos medicamentos, como los antidepresivos o medicamentos para la hipertensión
- ❖ El estrés emocional o psicológico, sobre todo en lo que respecta a su relación con su pareja
- ❖ Una historia de abuso sexual

¿Qué tratamientos hay para la disfunción femenina?

Disfunción sexual femenina tiene muchos síntomas y posibles causas, el tratamiento puede variar.

Tratamiento sin Medicamentos:

- ❖ Hablar y escuchar: La comunicación abierta con su pareja, acostumbrese a hablar de sus gustos y disgustos
- ❖ Practicar hábitos saludables: Limitar el uso de alcohol, ser físicamente activo, aprender formas de reducir el estrés
- ❖ Buscar ayuda profesional: Hablar con un consejero o terapeuta que se especializa en problemas sexuales y de pareja.
- ❖ Uso de lubricante: Un lubricante vaginal puede ser útil durante las relaciones sexuales si tiene sequedad vaginal o dolor durante las relaciones sexuales.
- ❖ Dilatadores o Vibradores: La excitación se puede mejorar con la estimulación autoguiada.