

El sorprendente sonambulismo Sexual

Es difícil de creer que alguien busque un contacto sexual mientras está dormido, pero los especialistas en trastornos del sueño confirman que es real.



El sexomne puede presentar conductas sexuales durante el sueño

Seguramente estás de acuerdo en que el sueño no siempre es profundo, apacible y placido. Tal vez en algún momento has experimentado insomnio, pesadillas, o ronquidos. Estas dificultades son comunes, pero hay otras que son poco frecuentes. Una de ellas es el sonambulismo sexual o sexomnía.

Este desorden del sueño es una parasomnia, es decir, una conducta indeseable que ocurre mientras quien lo padece está dormido. Algunos ejemplos son el sonambulismo y los terrores nocturnos.

El sonambulismo sexual es una variante de las parasomnias de activación, es decir, son trastornos disociativos. Quienes los padecen tienen una conducta propia de la vigilia en un estado de conciencia que corresponde al sueño profundo; incluso, debido a la profundidad de este periodo de sueño es muy difícil despertar al paciente y al día siguiente no recuerdan el evento.

Dormidos, pero con impulsos sexuales

En las parasomnias de activación las zonas del cerebro responsables de la memoria, el aprendizaje y la conciencia (la corteza frontal o prefrontal) mantienen una actividad mínima; mientras otras zonas del llamado cerebro reptiliano (como las regiones subcorticales y el sistema límbico) pueden reaccionar, incluso durante el sueño, e iniciar movimientos para salvaguardar la integridad del cuerpo. Algunos comportamientos instintivos que pueden presentarse son de tipo sexual, locomoción, agresión y alimentación.

Esto significa que, mientras duermen, algunas personas tienen conductas que corresponden a la vigilia, como sentarse y hablar, levantarse de la cama, ir al refrigerador y comer grandes cantidades de alimento, o simplemente caminar dormidos.

En el caso de la sexomnía, el doctor Ulises Jiménez Correa, jefe de la Clínica de Trastornos de Sueño de la UNAM, explica que la persona puede presentar erecciones, realizar gemidos, masturbarse, acariciar o incluso llevar a cabo el coito.

“Estas conductas son desconcertantes tanto para el paciente —quien no sabe lo que le está sucediendo— como para la pareja, en caso de tenerla; para ésta es difícil comprender que el comportamiento no es intencional y que tenga lugar mientras está dormido.”

Los especialistas han documentado que si bien es poco frecuente, sí es posible que una persona presente conductas sexuales durante el sueño. Pero advierten que las parasomnias como el sonambulismo sexual, entre otras, pueden presentarse con mayor frecuencia por consumo de alcohol, drogas y un estilo de vida que afecta la arquitectura del sueño. Por eso es recomendable adquirir buenos hábitos de descanso e higiene del sueño.

Un trastorno poco frecuente

La Facultad de Medicina de la UNAM cuenta con dos clínicas de trastornos de sueño. A lo largo de sus 18 años de trabajo solamente se han diagnosticado tres casos de sonambulismo sexual o sexomnía.

Aunque esta parasomnia no es común, cuando se presenta genera angustia, desconcierto y, muchas veces, problemas con la pareja.

Los pacientes con este desorden del sueño por lo general niegan el problema y experimentan vergüenza; por eso tardan mucho en pedir ayuda.

Algunos de ellos sólo buscan a un especialista cuando se ven envueltos en problemas legales, porque son acusados de abuso sexual o violación tras abordar agresivamente a alguien mientras estaban dormidos.

Todo esto contribuye al desconocimiento de la sintomatología de esta enfermedad.

