



TODOS LOS MARTES

Año II. Edición Coleccionable Núm. 73

UNAMirada a la Ciencia



# SEXO



## EN PROBLEMAS

¿Tienes fantasías eróticas constantemente? ¿Eres incapaz de mantenerte excitado? ¿Disfrutas las relaciones sexuales? ¿Sientes dolor durante el acto sexual?

La mayoría de las personas que tienen dificultades en su vida sexual no se atreven a confesarlo. En la población mexicana, la eyaculación precoz y la incapacidad para sentir el orgasmo son las alteraciones más frecuentes, cuyo impacto en la calidad de vida y la convivencia con la pareja obligan a dejar a un lado los prejuicios.



Las disfunciones sexuales son problemas complejos relacionados con las etapas de la respuesta sexual humana: el deseo, la excitación y el orgasmo. Afectan tanto a hombres como a mujeres y en ambos casos hay una larga lista de causas que pueden ser físicas, mentales o consecuencia de una enfermedad.

Sobre esto no hay información precisa, puesto que es un tema que las personas prefieren no hablar, incluso con sus médicos, quienes en muchas ocasiones tampoco interrogan a los pacientes al respecto. Sin embargo, los especialistas estiman que hasta el 60 por ciento de las parejas (ya sea uno de los dos o ambos) tiene alguna disfunción o impedimento para tener relaciones sexuales satisfactorias.

Otros datos revelan que los hombres se preocupan más por su desempeño sexual y con mayor frecuencia buscan tratamiento en comparación con las mujeres.

En el terreno de la atención, las disfunciones sexuales son campo de acción de médicos, psicólogos y expertos en terapia sexual. La ayuda psicoterapéutica resulta más efectiva como tratamiento, pues hasta ahora los medicamentos disponibles son escasos, algunos costosos y sólo muestran efectividad en casos específicos, como el de la disfunción eréctil.

En lo que respecta al estudio, de las disfunciones se han dado pasos importantes, sin embargo, la complejidad de la respuesta erótica y las variaciones entre los sexos dificultan la labor de los investigadores. La ciencia aún tiene mucho por hacer.

La terapia sexual, basada en el aprendizaje del erotismo, el autoconocimiento del cuerpo, la confianza y la comunicación abierta con la pareja, constituye una de las opciones de tratamiento



Cuando los síntomas se presentan frecuentemente es necesario buscar la ayuda de un especialista.

La falta de información sobre la propia sexualidad, los prejuicios sociales, las restricciones morales y religiosas, la inadecuada educación sexual, así como las experiencias de abuso sexual o violación son causa frecuente de disfunciones sexuales.

### Catálogo de disfunciones

**Disminución o falta de deseo sexual.** Se asocia con trastornos como la depresión, se registra con mayor frecuencia en la población femenina, sin embargo, en los últimos años se ha observado un incremento del padecimiento en los hombres.

**Adicción al sexo.** Es el deseo incontrolable de tener contacto sexual. Con tal de cubrir esta necesidad el individuo abandona las actividades cotidianas y se expone a conductas de riesgo sin lograr una satisfacción plena.

**Disfunción eréctil.** Es la imposibilidad de lograr o mantener una erección a pesar de estimulación suficiente. Se presenta comúnmente a partir de los 40 años, aumentando la frecuencia y severidad con la edad y el padecimiento de enfermedades como diabetes e hipertensión.

**Falta de lubricación vaginal.** Puede deberse a factores psicológicos, pero en la mayoría de los casos es consecuencia de los problemas hormonales característicos del climaterio.

**Eyaculación precoz.** Ocurre con una estimulación sexual mínima, antes o poco después de la penetración y previo a que el hombre lo desee.

**Eyaculación retardada.** Quienes la padecen no pueden eyacular bajo cualquier forma de estimulación.

**Anorgasmia.** Es la dificultad o incapacidad de la mujer para sentir el orgasmo.

**Vaginismo.** Constituye una contracción de las paredes vaginales que obstaculiza la penetración.

**Dispareunia o sexo doloroso.** Puede deberse a infecciones, lesiones vaginales y en caso del varón a alteraciones en el pene.

UNAMirada a la Ciencia es una colaboración de la Coordinación de la Investigación Científica de la UNAM, Coordinador: Dr. René Drucker Collín, Idea Original y Edición: Á. Figueroa, Asistente: Mariana Fuentes, Reportera: Claudia Juárez, Diseño: Adolfo González, Investigación: Xavier Criou, Fotografía: Dirección General de Comunicación Social UNAM

Fuente: Dra. Claudia Fouilloux. Departamento de Psiquiatría y Salud Mental. Facultad de Medicina. UNAM.