



Newsletter:

## Cómo hablar de sexualidad con los pacientes

Coloplast®  
Professional

Este artículo está basado en lo expuesto por Birgitte Schantz Laursen (Enfermera matriculada, PhD), en las jornadas Coloplast Ostomy Days de 2018.

Birgitte es Investigadora Senior en el Hospital Universitario de Aalborg, Dinamarca. Como especialista en sexología, su investigación se centra en los efectos del cáncer y de las enfermedades crónicas sobre la sexualidad de los pacientes.

Durante los últimos 10 años, se ha dedicado a trabajar en estrecha colaboración con profesionales de enfermería y otros profesionales de la salud para mejorar su confianza a la hora de abordar cuestiones de sexualidad e intimidad con los pacientes.

Trabajar el tema de la sexualidad de los pacientes es una parte fundamental del enfoque integral de la atención de salud, especialmente cuando se trabaja con pacientes que padecen enfermedades crónicas. En este artículo, analizamos los efectos de la ostomía sobre la sexualidad del paciente, y el modo de abordarlos.

### Seis formas de abordar la sexualidad del paciente

- Informarse
- Tener un enfoque profesional y personal, sin inmiscuirse en la privacidad del paciente
- Tomar conciencia de los propios prejuicios y limitaciones personales... y desafiarlos
- Juego de roles: practicar las distintas situaciones con sus colegas
- Identificar los recursos disponibles y aprovecharlos
- Elaborar un kit propio de preguntas y frases estudiadas

### La importancia de la sexualidad

La Organización Mundial de la Salud<sup>1</sup> define la sexualidad de esta forma: "...aspecto central del ser humano [que] abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad, y la reproducción. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones". La definición prosigue subrayando que la

sexualidad se ve influenciada por una serie de factores biológicos, fisiológicos y sociales, entre otros.

La mayoría de los estudios científicos<sup>2</sup> sobre el tema también destacan la importancia de la sexualidad para el bienestar y la calidad de vida de las personas. Por ejemplo, las investigaciones indican que tener una vida sexual sana puede hacer que sea más fácil superar una enfermedad o controlarla mejor. Estos hallazgos se desprenden de un estudio de pacientes diabéticos, que reveló que el nivel de glucosa era mejor entre los pacientes que tenían una buena vida sexual y buenas relaciones que entre los que tenían problemas con sus relaciones y su sexualidad.

***"Entre los profesionales del área de enfermería, siempre hablamos de prestar cuidados integrales, y tenemos que recordar que abordar la sexualidad forma parte de este enfoque."*** – Birgitte Schantz Laursen

Un grupo de investigadores suecos<sup>3</sup> ha estudiado la función de la hormona oxitocina, que se libera durante las relaciones sexuales y los encuentros íntimos. Una de las propiedades singulares de esta hormona es que nos hace sentir relajados y satisfechos, y por eso se la relaciona con la reducción del estrés y un mejor estado de salud en general. Dado que la oxitocina se libera como resultado del contacto íntimo, se pone de manifiesto la importancia de la intimidad sexual para nuestro bienestar general.

### Efectos físicos y psicológicos de la ostomía sobre la sexualidad

"Siempre vivimos la enfermedad como un acontecimiento que afecta todos los aspectos de nuestra existencia", explica Birgitte Schantz Laursen. "Incluso una enfermedad con efectos puramente biológicos afecta también la parte psicológica y social de nuestra vida".

Así que no es de extrañarse que vivir con una ostomía pueda tener un profundo efecto sobre la sexualidad de los pacientes. Los estudios realizados<sup>4</sup> indican que los pacientes enfrentan muchos retos físicos y psicológicos. Cuando se trata de intimidad sexual, no sólo tienen que aceptar las modificaciones fundamentales del cuerpo que se producen como consecuencia de la ostomía, sino que además tienen que enfrentar el miedo y la ansiedad que genera este nuevo cuerpo.

En los varones, las cirugías en la región pélvica pueden provocar daños en los nervios, lo cual conlleva disfunciones eréctiles, dificultades para la eyaculación y problemas para alcanzar el clímax. En las mujeres, las cirugías y los tratamientos (como la radioterapia) pueden provocar sequedad vaginal, dispareunia (dolor durante el coito) y problemas para alcanzar el clímax.

La ubicación de la bolsa de ostomía puede afectar directamente la posición del cuerpo durante las relaciones sexuales y requerir cambios de rol durante el acto sexual. Cuando una persona debe pasar de un papel activo a un papel más pasivo durante el coito, es posible que se cuestione su destreza e incluso su identidad sexual. Los pacientes también dicen tener miedo de que la bolsa de ostomía se desprenda durante el coito. Algunos pacientes que tienen una relación estable empiezan a dormir en camas separadas por miedo a que su pareja se acerque demasiado a la bolsa durante la noche y haga que se desprenda.

Este tipo de mecanismos de superación tienen obviamente un impacto sobre la intimidad de la relación.

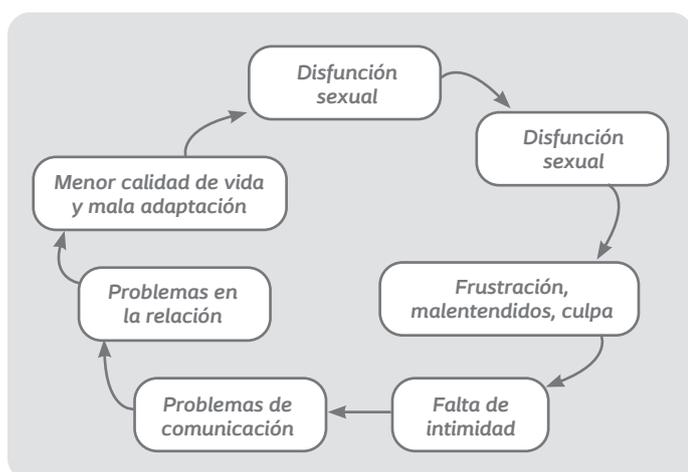
### El punto de vista del paciente

Si bien es cierto que el sexo y la sexualidad ocupan un lugar muy destacado en la literatura y la industria del entretenimiento, siguen siendo temas delicados y difíciles de tratar, incluso dentro de la pareja. Por lo tanto, hablar de estos temas con un completo desconocido, aunque se trate de un profesional de la salud, puede resultar intimidante.

Sin embargo, los estudios demuestran que el 85% de los pacientes quieren hablar sobre sus problemas sexuales con los profesionales de la salud<sup>5</sup>. No obstante, el 68% de los pacientes no quieren sacar el tema por temor a avergonzarse al médico o al profesional de enfermería<sup>6</sup>, mientras que el 71% teme que el profesional no se ocupe del tema.<sup>7</sup>

Está claro que los pacientes esperan que quienes los atienden aborden este tema y les den herramientas o consejos para ayudarlos a resolver las dificultades relacionadas con la sexualidad.

*“Como profesionales de la salud, parte de nuestra función es cortar este círculo vicioso”. - Birgitte Schantz Laursen*



### El punto de vista de los profesionales de la salud

Si la sexualidad desempeña un papel tan importante en la existencia humana y si la atención integral se centra en el tratamiento de la persona en su totalidad, ¿por qué no se aborda este tema como práctica habitual? Las investigaciones<sup>8</sup> sugieren que hay muchas razones por las que los profesionales sanitarios evitan el tema de la sexualidad. Los motivos van desde la falta de tiempo hasta la preocupación por ofender o avergonzar a los pacientes. Algunos creen que no es su responsabilidad; que la sexualidad es algo a lo que los pacientes no dan prioridad, ni antes ni durante el tratamiento; o que es algo que los pacientes prefieren hablar con sus parejas y no con ellos.

Todo esto da lugar a lo que Birgitte Schantz Laursen llama “tabú de ida y vuelta”. Como ella misma lo explica, **“Le respondemos al silencio del paciente con nuestro propio silencio, y así les estamos transmitiendo que están solos frente a este problema”.**

### Por qué puede ser difícil abordar el tema de la sexualidad

Una de las razones del porqué es difícil abordar el tema de la sexualidad tiene que ver con el enfoque que los profesionales de la salud utilizan cuando tratan con los pacientes.

**“Al hablar con el paciente, solemos utilizarlos a nosotros mismos como sujeto de la conversación. Por este motivo, nuestros propios sentimientos pueden afectar nuestra capacidad de comunicarnos eficazmente”,** dice Birgitte. Otro obstáculo se relaciona con la falta de capacitación. Si los profesionales no reciben capacitación para hablar sobre sexualidad, se vuelven dependientes de su propia experiencia. Esto, a su vez, hace que se sientan vulnerables y poco profesionales.<sup>9</sup>



**“Como profesionales de la enfermería, se nos ha enseñado a aislar nuestra esfera privada de la profesional. Siempre debemos conectar personalmente con el paciente, pero nunca debemos permitir que nuestros sentimientos personales influyan sobre la forma en que interactuamos con la persona. Como la sexualidad es algo que pertenece a la esfera privada, quizá resulte difícil abordar este tema de forma profesional”,** explica Birgitte

## Consejos para abordar el tema de la sexualidad

Entonces, ¿cómo pueden los profesionales de la salud superar estos obstáculos y ofrecer el asesoramiento y la ayuda que los pacientes esperan y necesitan?

**“A veces basta con mencionar el tema”,** dice Birgitte. **“De ese modo, se convalida lo que el paciente siente y se acepta que puede ser un problema”.** Si la traba es la falta de tiempo, siempre se puede mencionar el tema de la sexualidad mientras se le enseña al paciente cómo manejar la bolsa de ostomía. Si le resulta incómodo hablar de un tema tan íntimo, puede probar hacerlo en tercera persona, utilizando frases como **“Algunos pacientes tienen este problema...” en lugar de la expresión más personal: “Usted puede tener este problema...”** Otra técnica es formular preguntas abiertas, que le permitan al paciente contar sus experiencias en sus propias palabras.

Para aquellos que sientan que no tienen los conocimientos o las habilidades necesarias para abordar el tema de la sexualidad, Birgitte les da un voto de confianza: **“Usted tiene el conocimiento, porque sabe cómo las ostomías pueden afectar las funciones sexuales. Así que no sea tímido, solo es cuestión de empezar.”**

## Referencias:

1. WHO 2006
2. Brody J sex med 2010
3. Uvnäs-Moberg et. al Frontiers in Psychology, 2015
4. Vural et. al 2016, Houston 2017, Smith & Simpson 2016
5. Southard y Keller 2009
6. Persson et al. 2005
7. Marwick 1999, Traumer 2018
8. Moore et. al 2013; Houston 2017
9. Almås & Bennested 2016

Coloplast desarrolla productos y servicios que facilitan la vida de las personas que presentan afecciones médicas de naturaleza personal y privada. Trabajando en estrecha colaboración con las personas que utilizan nuestros productos, creamos soluciones que tienen en cuenta estas necesidades especiales. A esto le llamamos cuidado de la salud íntima. Nos dedicamos a las áreas de cuidados de ostomía, cuidado de incontinencia, cuidados de la piel y las heridas y urología intervencionista. Estamos presentes en todo el mundo y empleamos a más de 10.000 personas. La Sra. Birgitte Schantz Laursen recibe una remuneración por su compromiso con Coloplast A/S. Este artículo, incluidas las referencias, se elaboró bajo la dirección de la Sra. Birgitte Schantz Laursen.

Cualquier consulta o sugerencia comuníquese con nosotros. ¡Estamos para asesorarlo!

Asesoramiento  
Gratuito **0800 777 7008**

 /ColoplastAR  Coloplast.ar

El logo de Coloplast es una marca registrada de Coloplast A/S. © 2022-10  
Todos los derechos reservados. 3050 Humlebaek, Dinamarca.



Antes de usar, consulte siempre  
las instrucciones de uso  
entregadas con el producto.



Coloplast de Argentina S.A  
Boulevard 547 Piso 8  
C1106ABG Buenos Aires  
Teléfono: (011) 3985-5900  
[www.coloplast.com.ar](http://www.coloplast.com.ar)