Hechos Básicos sobre la Esclerosis Múltiple

Los Problemas Sexuales

Recordarás que cuando tu médico te diagnosticó con esclerosis múltiple, te advirtió que algunos días serían mejores que otros. Pero a pesar de esta advertencia, lo mas probable es que la persona no estaba preparada para hacerle frente a uno de los aspectos mas inquietantes de la esclerosis múltiple, los efectos en la vida sexual.

En estudios recientes que se han realizado en la Escuela de Medicina y Odontología de Rochester, 63 personas con esclerosis múltiple reportaron que su vida sexual había disminuido desde que fueron diagnosticados con esclerosis múltiple. Otras investigaciones indican que es posible que el 91% de los hombres y el 72% de las mujeres con esclerosis múltiple tengan problemas con la intimidad sexual.

Existen efectos primarios y efectos secundarios causados por las lesiones en la esclerosis múltiple. Segun Frederick Foley, PhD, Psicólogo del Centro de Esclerosis Múltiple del Hospital St. Agnes en White Plains, New York, síntomas físicos causados por la esclerosis múltiple, como la fatiga o el dolor pueden afectar la vida intima sexual.

Efectos primarios empiezan en el sistema nervioso. Cuando hay deseo sexual el sistema nervioso envía el mensaje al organo sexual. Este mensaje pasa a travez de la espina dorsal. Cuanto uno sufre de esclerosis múltiple es posible que los mensajes no se transmitan bien, y uno puede perder sensación. Esto afectará la vida sexual. La vida sexual también puede ser afectada por otros síntomas que pueden ocurrir en cualquier momento y sin ningún motivo claro.

En la mujer, síntomas pueden incluir:

- Cambios en la sensación en el area de la vagina, causando mayor o menos sensibilidad.
- Problemas para llegar al orgasmo.
- Sequedad y falta de lubricación en la vagina.

En los hombres, síntomas pueden incluir:

- Dificultad en lograr una erección.
- Poca sensación en el pene.

MS®
Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple

- Problemas para llegar al orgasmo.

Existen efectos secundarios que ocurren en ambos sexos causados por otros síntomas de la esclerosis múltiple, como los espasmos musculares. Estos espasmos pueden causar calambres o contracción en los músculos, lo que dificulta el movimiento libre. El dolor hace que la reacción sea impredecible. Lo que una vez fué estimulante ahora se convierte en doloroso.

Tambien pueden presentarse situaciones embarazosas causadas por incontinencia de la vejiga o del intestino. Estas situaciones hacen que la persona se sienta frustrada e insegura. Otro factor que puede influenciar el deseo sexual es la fatiga. Cuando una persona se siente muy cansada, no se siente capaz de tener relaciones sexuales y pierde interes en este aspecto de la vida íntima.

LA CONECCIÓN ENTRE EL CUERPO Y LA MENTE

Menos fáciles de documentar pero de la misma manera devastadores son los problemas psico-sexuales. Una persona que ha perdido el interés en las relaciones sexuales puede sufrir ansiedad y depresión. ¿Quien con esclerosis múltiple no ha tenido estos sentimientos alguna vez?

He aquí una experiencia personal. Sarah fue sometida a varias operaciones del útero por fibromas. Poco después fue diagnosticada con esclerosis múltiple, haciendo que ella pensará negativamente sobre su vida sexual y perdiendo interés en el sexo. Su esposo Bill se sentía como el encargado de cuidar a Sarah en vez de sentirse como su pareja sexual.

Las presiones causadas por el trabajo, o el hecho de no poder trabajar, también pueden influenciar la vida sexual. El abogado Steve perdió su trabajo cuando se quedó paralítico. Se sintió inútil, como si no sirviera para nada y sin poder contribuir nada en la casa. Desde ese momento las relaciones sexuales con su esposa quedaron en cero.

“Una incapacidad física puede destruir la imagen que uno tiene de si mismo,” dice Sandra Cole, PhD, Directora del Centro de Entrenamiento Sexual del Centro Médico en la Universidad de Michigan en Ann Arbor. Al darnos cuenta que nuestro cuerpo luce algo diferente, que perdemos algo de independencia y disminuimos nuestro nivel de actividad, la imagen que tenemos de nosotros mismos como personas sexuales cambia.

Tambien existen “estereotipos asexuales” que caracterizan a personas incapacitadas como personas sin interés en relaciones sexuales o incapaces de tener relaciones sexuales. Según Margaret Nosek, PhD, Profesora Asociada de Medicina de Baylor College en Houston, esta es la imagen que proyectamos de nosotros mismos. La Dra. Nosek está estudiando el impacto que tiene la incapacidad física en la sexualidad. Ella ha encontrado que los médicos pueden

perpetuar estas percepciones. Ella ha entrevisto a muchas mujeres que dicen haber sido tratadas por sus médicos como personas sin interés sexual o sin potencial de sobrellevar un matrimonio.

HABLANDO DEL ASUNTO

El primer paso para obtener ayuda es pedirla, pero es necesario tomar la iniciativa. Los médicos no siempre estan entrenados para tocar el tema de la sexualidad ni para discutirlo con el paciente. Segun el Dr. Cole de la Universidad de Michigan, ya que es posible que tu médico no esté informado sobre los últimos recursos para brindarte ayuda, tienes que tomar la iniciativa.

Si tu médico no te brinda la ayuda que buscas, habla tu del tema con otros. Sigue los consejos de la Dra. Nosek de Baylor College. "Aprende todo lo que puedas acerca de la sexualidad y comparte esta información con tu médico. Si eres una mujer activa sexualmente, pide la misma ayuda que se le brinda a personas que no estan incapacitadas sobre anticoncepción. Pide información sobre enfermedades venéreas transmitidas sexualmente. Para la mujeres, exámenes regulares de la pelvis son recomendables."

SOLUCIONES MÉDICAS

Estos son algunos de los tratamientos que estan al corriente y pueden ser beneficiosos para las personas con esclerosis múltiple.

- El dolor puede ser controlado con medicamentos como Amitriptyline (Elavil) o Carbamazepine (Tegretol).
- Los espasmos musculares pueden ser reducidos con Baclofen (Lioresal), compresas frías, u otro tratamiento.
- Problemas de incontinencia de la vejiga o del intestino pueden ser tratados con la ayuda del médico.
- La falta de sensibilidad puede ser compensada usando un vibrador, para crear una estimulación, sin ofender a tu pareja.
- La fatiga en las personas con esclerosis múltiple puede ser tratada haciendo el amor cuando la pareja esta mas energética (usualmente en las horas de la mañana) o con ayuda de algún medicamento estimulante como lo es Pemoline (Cylert).
- La sequedad en la vagina puede evitarse usando un medicamento lubricante como K-Y Jelly. No se debe usar petroleum jelly, ya que puede causar infecciónes.
- Tratamientos para las dificultades en obtener una erección incluyen una medicina con Papaverine y Pentolamina (que aumenta la presion sanguínea en el pene), o una prótesis en el pene, recetado por su urólogo.
- Los medicamentos pueden ser programados para que cualquier beneficio trabaje en los momentos necesarios para la actividad sexual.

- Viagra, un producto nuevo que ha provocado mucha publicidad probablemente va estar recetado extensamenta para los hombres con esclerosis múltiple.

DISCUTIENDO EL PROBLEMA

Otra forma de poder sobrellevar los problemas sexuales es manteniendo una actitud positiva y experimentando un poco. Recuerda que el acto sexual es parte de la vida íntima de una pareja. Hay que ser activa y creativa con la pareja y sobre todo comunicar las necesidades. Algunas parejas encuentran que esto facilita la intimidad sexual.

Karen que esta casada hace 23 años y sufre de esclerosis múltiple hace 10 años, describe su vida sexual como muy amorosa. Ella dice "que tiene adormecimiento desde la cabeza hasta los pies, y esto pudiera poner una pequeña barrera, pero su esposo es muy paciente, toma su tiempo, y no la obliga si ella no siente o no tiene deseos en el momento." Karen y su esposo tuvieron que hacer algunos cambios en su vida sexual, como hacer el amor en la mañana cuando ella esta energética y animada, y evitar la parte izquierda de su cuerpo que es extremadamente sensitiva. Dice ella: "Esta enfermedad me ha quitado parte de mi vida, pero no voy a dejar que me quite mi vida sexual."

Steve encuentra que comunicarse con su esposa es mas que un desafío. "Mi esposa quizás cree que no quiero ni siento el deseo sexual, pero la verdad es que aun estoy esperanzado en ello. Quizás yo puedo hacer lo que hacia antes. Pienso que me gustaría intentarlo. A veces hablamos del tema, pero no se si estoy completamente motivado a intentarlo."

Una pareja que el Dr. Foley atendía tenian el ritual por la noche de sentarse en el sofá. El le daba masajes a su esposa en las piernas. Ella empeoró, y los masajes produjeron parestesias, que es sensibilidad y dolor. El dejo de darle masajes y perdieron el interés sexual del uno hacia el otro. Dr. Foley dice, "Si ellos hubiesen estado mas decididos a afrontar el problema juntos y hablarlo, pudieran haber tratado otros medios, como masajes por los hombros y brazos, y así hubiesen mantenido el contacto sexual entre ellos."

Si enfrentarse a la verdad es muy difícil para ti, quizás pudieras unirte a un grupo de ayuda mútua, o buscar ayuda psicológica con un especialista certificado en ayuda sexual o un psicoterapéuta para que te ayude a romper ese bloque mental en el que te encuentras. Lo ideal fuera que esta persona que te brinde ayuda tenga experiencia con personas incapacitadas y que la pareja se sienta bien con esta persona.

Sesiones de psicoterapia ayudaron a Sarah y Bill a restaurar la relación entre ellos. Bill llegó a abandonar su casa por un tiempo. Irónicamente esto fué lo mejor que pudo

pasar, ya que les dió la oportunidad a ambos de darse cuenta lo mucho que se amaban, segun explicó Bill recientemente.

En las sesiones con el Dr. Foley, Sarah y Bill aprendiron a oirse mutualmente y comunicarse con mas atención. Dicen ellos, "Ambos encontramos que necesitamos tiempo para nosotros mismos. Hemos reanudado interés en nuestra sexualidad." La moraleja de esta historia es que muchas cosas pueden mejorar si queremos.

La Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple se enorgullece en ser una fuente de información sobre la esclerosis múltiple. Nuestros comentarios están basados en asesoramiento profesional, experiencia publicada y la opinión de expertos, pero no representan prescripciones o recomendaciones terapéuticas individuales. Para obtener información específica y asesoramiento, vea su médico personal.

© 1998 National MS Society

nationalMSsociety.org

Para más información llame al:

1 800 344 4867

Sociedad
Nacional de
Esclerosis Múltiple