

EL MÉDICO DE FAMILIA, COMPETENTE EN CUESTIONES SEXUALES

¿Disfrutar de una sexualidad satisfactoria influye en nuestro estado de salud?

La influencia de la sexualidad sobre el estado de salud es manifiesta y numerosos estudios lo evidencian. La actividad sexual es beneficiosa para, por ejemplo, aliviar el estrés, facilitar el sueño, así como para prevenir numerosas enfermedades, entre otras la enfermedad coronaria o la diabetes.

Sentirnos satisfechos con nuestra vida sexual potencia la autoestima y ayuda a que las relaciones de pareja resulten mucho más satisfactorias, no solo desde el punto de vista sexual sino también desde el afectivo y relacional.

Por el contrario, la insatisfacción sexual genera diversos problemas, propios y en la relación con la pareja si es que se tiene, que acaban afectando de manera muy negativa en la propia salud y, secundariamente, en la calidad de vida.

¿Los médicos de familia se preocupan por la sexualidad de sus pacientes?

En general, los médicos somos conscientes de la importancia de la sexualidad tanto en la calidad de vida como en el balance global de salud, por lo tanto, partiendo de esa visión integral que todo médico de familia tiene, la vida sexual de los pacientes nos interesa mucho.

Además, si por prejuicios personales, por falta de tiempo o por infravalorar su importancia, algún médico se despreocupa de estas cuestiones, no tenga la menor duda de que las demandas de los pacientes, que en cuestiones sexuales cada vez son más habituales, forzarán a que se interese más. Dados los tiempos que corren, en los que la sociedad que nos rodea preconiza la conveniencia de disfrutar de una sexualidad satisfactoria, este tipo de consultas son cada día, por fortuna, más frecuentes.

¿Están preparados los médicos para abordar este tipo de trastornos?

Hasta el momento, en España no hay ninguna especialidad médica dedicada específicamente a abordar los problemas sexuales de los pacientes. Tan solo se logra formación en sexología a través de masters, algunos de ellos acreditados por universidades.

Las carencias formativas de los profesionales son importantes en temas sexológicos, dado que ni durante la carrera, ni después, durante el postgrado, se tratan estas cuestiones específicamente, sin embargo los médicos sabemos mucho de la anatomía y de la fisiología relacionada con la sexualidad, lo cual es muy importante.

Las sociedades científicas, entre ellas Semergen cuyo grupo de Sexología tengo el honor de coordinar, hacemos todo lo posible para que los médicos reciban la formación suficiente en este campo, bien mediante talleres formativos, bien mediante cursos específicos, a fin de paliar tal deficiencia formativa, que para nosotros es un hándicap importante.

¿Cuáles son los problemas sexuales que con más frecuencia se consultan al médico de familia?

Los jóvenes suelen consultar muchas dudas sobre sexualidad y los adultos disfunciones o problemas sexuales.

En cuanto a las dudas, las preguntas relacionadas con temas de contracepción son bastante habituales, así como todo lo referido a idoneidad sexual, un aspecto que a cierta edad preocupa: tamaño de órganos genitales, tiempo habitual para alcanzar el orgasmo, etc. Respecto a las disfunciones sexuales, la eyaculación precoz, la disfunción eréctil, el deseo sexual hipoactivo y las dificultades para realizar la penetración, son lo más frecuentemente consultado.

¿Qué tipo de pacientes son los que suelen tener más problemas sexuales?

Las personas con enfermedades cardiovasculares, hipertensas, diabéticas, con colesterol elevado, con problemas cardíacos o circulatorios en general, presentan con frecuencia dificultades sexuales, especialmente si estas patologías se sufren desde hace tiempo o no están siendo tratadas como conviene.

También las personas con enfermedades neurológicas (epilepsia, Parkinson, esclerosis múltiple, etc.), urológicas o prostáticas suelen presentarlos.

Del mismo modo, los trastornos de ansiedad, depresión u otros de la esfera mental, pueden generar problemas sexuales.

Sin olvidar que algunos medicamentos, no tantos como la gente cree, pueden tener como efecto adverso una disfunción sexual, sobre todo disfunción eréctil, anorgasmia o pérdida del deseo sexual.

Qué se puede recomendar a un paciente que tiene dudas o problemas sexuales.

Obviamente que consulte con su médico de familia antes que con nadie.

Los médicos de familia llevamos muchos años realizando talleres y cursos de formación en esta área, a diferencia de lo que sucede con otras especialidades, salvo honrosas excepciones, en las cuales esta práctica no es tan habitual. Si en algo hemos avanzado es en lograr que el médico de familia adopte una actitud mucho más abierta y positiva para afrontar las cuestiones sexuales que le puedan surgir en su consulta diaria. Es difícil que cualquier otro especialista mantenga una actitud más receptiva que nosotros, entre otras cosas porque conocemos el día a día de nuestros pacientes, así como el entorno y las circunstancias que les rodean.

Es necesario que la población confíe en su profesionalidad. Seguro que su médico de atención primaria sabrá dar respuesta a la mayoría de las dudas sexuales que se le presenten, y que estudiará y tratará la mayor parte de los problemas sexuales que le puedan afectar. En cualquier caso, tenga por seguro que si él no es capaz de resolver un trastorno concreto, le remitirá al especialista médico que corresponda, si lo hay, o a un sexólogo clínico de su confianza, experto en estos temas.

Autor: Froilán Sánchez Sánchez. Médico de Familia. Sexólogo Clínico. Centro de Salud de Xàtiva (Valencia).