

PRINCIPIOS DE CUIDADO: ENVEJECIMIENTO Y DISCAPACIDADES FÍSICAS

CAPÍTULO 6 – SEXUALIDAD Y DISCAPACIDAD

CONTENIDO

- A. Principios Básicos
- B. Sexualidad y Envejecimiento
- C. Sexualidad y Discapacidades

OBJETIVOS

1. Describa los problemas de la sexualidad relacionada con las discapacidades del envejecimiento y físicas.

TÉRMINOS CLAVE

Compromiso

Disfunción Eréctil

Impotencia

Lleno de Valores

Política Social

Sexualidad

A. PRINCIPIOS BASICOS

La sexualidad de la persona involucra un sentido total propio en cuanto a masculino o femenino, hombre o mujer, al igual que la percepción de lo que quiere decir para otros el ser masculino o femenino. Esto incluye las actitudes acerca de nuestro cuerpo y el cuerpo de los demás. La sexualidad es emocional, física, cognitiva, llena de valores y espiritual.



Se debe de hacer una distinción al comienzo entre el sexo y la sexualidad. Sexo se refiere al acto físico de hacer el amor, hasta la expresión genital. El sexo es, en hecho, solo una pequeña parte de la sexualidad. La sexualidad es una expresión de si mismo integrada, individualizada y única.

- **La sexualidad es emocional.** Con el inicio de la pubertad, los niños y niñas comienzan a ser más conscientes de sus cuerpos, los de otras personas y las emociones relacionadas. Toda la vida, la sexualidad tiene que ver con los sentimientos acerca de uno mismo y los demás, dolor, placer, amor, odio, tacto físico y límites.
- **La sexualidad es física.** Tiene que ver con el tacto, la cercanía física y la expresión sexual. Todos los cinco sentidos están involucrados, tacto, olfato, sabor, visual y oído.
- **La sexualidad es cognitiva.** Actitudes mentales, el comprenderse a uno mismo y las relaciones ayudan a expresar quién y qué son las personas como seres sexuales. El lenguaje es parte clave de nuestra sexualidad en nombrar las partes, actos físicos y nuestras propias experiencias al comunicarnos con la demás gente.
- **La sexualidad está llena de valores.** Las palabras y conceptos tales como justicia, amor, norma, debe de o no debe de, son éticas en el carácter y son importantes para entender a fondo la sexualidad. Los valores propios determinan la honestidad, fidelidad, el guardar una promesa, decir la verdad y los propósitos de la expresión sexual.
- **La sexualidad es espiritual.** El acto sexual tiene que ver con dar de sí mutuamente. Hay una entrega voluntaria de uno mismo al otro y por medio de esa entrega se logra la unidad superior. Los elementos de un compromiso, y el estar en comunicación con alguien más y con uno mismo, es el estar involucrado en la sexualidad propia y las relaciones con otros seres sexuales.
- **La sexualidad es personal.** Cada persona es un ser sexual en sus propios términos. En ese sentido, la sexualidad propia es única, no existe otra igual. Es comunicación divertida y juguetona, seria y apasionada.
- **La sexualidad es social.** Esto está relacionado con cuestiones sociales tales como las leyes contra la violación, igualdad entre mujeres y hombres en asuntos de trabajo, pautas de encuestas genéticas, y aborto. Esto afecta la comprensión cultural de la

socialización como hombre y mujer, el papel de la pornografía y el significado del matrimonio y la comunidad.

Tomado de: *Human Sexuality, A Preliminary Study*, (La Sexualidad Humana, Un Estudio Preliminar) The United Church of Christ

B. SEXUALIDAD Y EL ENVEJECER

El envejecer puede tener un impacto en la sexualidad y las funciones sexuales. Al igual que otros órganos, los órganos productivos y los órganos sexuales pueden perder su eficiencia. Las mujeres usualmente comienzan a tener resequedad vaginal y muchas veces los hombres tienen la dificultad de disfunción eréctil. No hablamos lo suficiente acerca de la sexualidad cuando consideramos las vidas de los adultos mayores. Es fácil asumir que el envejecer trae cambios dramáticos y que la sexualidad no es un tema que les inquiete enormemente a los adultos mayores. Sin embargo, a veces los eventos traen un cambio dramático a la conciencia y comprensión. El boom en las recetas para Viagra es un ejemplo de tal evento.



Hay bastante información en el internet acerca de la sexualidad al envejecer, sexualidad y demencia, sexualidad y el trastorno de Alzheimer, etc. Se pueden encontrar varios reportajes acerca del envejecimiento y la sexualidad humana en el sitio de internet de la American Psychology Association (La Asociación Psicológica Americana) en www.apa.org.

C. SEXUALIDAD Y DISCAPACIDADES

La discapacidad puede tener un impacto en la sexualidad y la función sexual. Enseguida están descritos el mayor tipo de discapacidades y los problemas de sexualidad típicos para esas discapacidades. Consulte con un médico o con otros recursos profesionales para información más detallada acerca de cómo puede una discapacidad afectar la función sexual.

Amputación

Una amputación no afecta el órgano sexual al menos de que esa amputación tenga que ver con el intestino o la vejiga. Las amputaciones no afectan ni disminuyen el nivel del deseo de actividad sexual. La pérdida de una extremidad puede causar depresión o bajo auto estima. El hablar con un terapeuta, con un amigo o con algún otro profesional puede eliminar estos problemas. La amputación puede limitar algunas de las actividades físicas que pudieran darle placer a la pareja. La comunicación abierta con la pareja es la clave para deshacer ese estigma que rodea la amputación.

Artritis

La artritis no afecta el órgano sexual pero si impone límites a la actividad física. El dolor y la rigidez son los factores mayores que pueden estorbar en una vida sexual activa. El dolor puede apagar el deseo de actividad sexual y limitar las posiciones que se pueden usar para el acto sexual. La fatiga de la carga de las actividades cotidianas también puede disminuir el deseo sexual. La rigidez puede restringir el movimiento y afectar es uso de los miembros. Experimentando con posturas, el tiempo de tomar la medicina y el tiempo de la actividad sexual pueden programarse para que sea posible y placentera la actividad sexual. Además, el uso de ejercicios de calentamiento puede ayudar.

Al igual que las amputaciones, la artritis puede causar depresión y bajo auto estima. Las medicinas pueden afectar el deseo sexual. Otras discapacidades asociadas con la artritis pueden también ser un problema para la persona que quiere ser activa.

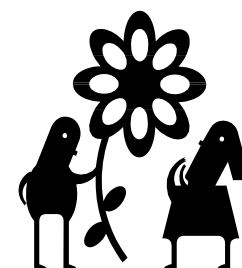
La terapia también puede ser apropiada. Una nota positiva acerca de la sexualidad y la artritis es que muchas personas con artritis reportan que la actividad sexual en hecho les alivia el dolor hasta ocho horas después del coito.

Ceguera

La ceguera no causa ningún problema con la función sexual. Algunas de las discapacidades que causan la ceguera pueden causar problemas relacionados con la función sexual. Por ejemplo, la diabetes puede causar ceguera y se sabe que causa impotencia en algunos hombres. La ceguera congénita puede causar que la mujer comience el ciclo menstrual más temprano y puede tener más irregularidades. Esto sucede porque la glándula pineal, la cual regula el periodo menstrual en la mujer, se ve afectada por la falta de luz.

Parálisis cerebral

La parálisis cerebral no causa la pérdida de la función sexual o la pérdida del deseo de actividad sexual. Los problemas físicos tales como la pérdida sensorial y movimientos limitados por espasticidad pueden también ser un problema. Las medicinas tal vez ayuden. Es importante la comunicación con la pareja cuando se trata de barreras físicas. En muchos casos, las personas con parálisis cerebral están asociadas juntas y pueden crear relaciones una con la otra. Si esto sucede, la educación y la terapia para las personas involucradas (se necesita incluir a tutores si la pareja tiene tutores legales) puede ayudar a ambas personas que desean una relación sexual. El obstáculo más grande para la sexualidad con una persona sin discapacidad es la actitud impuesta por la sociedad. Este acto es barrera para aislar socialmente a la persona quien tiene parálisis cerebral, haciendo más difícil la comunicación y la actividad sexual.



Sordera

La sordera no presenta problemas con la función sexual. Sin embargo, como el acto de dar y recibir placer tiene que ver con la comunicación, la pareja deberá de encontrar un sistema para expresar sus deseos y necesidades. También puede uno considerar el dejar la luz

prendida o usar velas para mejorar la comunicación visual y apreciar totalmente la reacción de la pareja.

Diabetes

No siempre se aprecia como una discapacidad, sin embargo, la diabetes es actualmente la causa principal de discapacidad permanente física en los Estados Unidos hoy en día. Entre 25 a 49 por ciento de los hombres con diabetes desarrollan la impotencia. No ha habido ninguna correlación entre dieta, duración de la diabetes, o tipos de medicina para controlar la diabetes y el incremento de impotencia.

No se ha visto ninguna pérdida de interés en la actividad sexual entre la población diabética. No importa la razón por la posible impotencia, la persona con diabetes puede que quiera considerar una prótesis de pene para incrementar la actividad sexual.

Epilepsia

La epilepsia es un trastorno que ocurre dentro del cerebro que causa algún tipo de alteración de consciencia, la cual puede ser acompañada por algún movimiento físico incontrolable o ataques. Los hombres con epilepsia en el lóbulo temporal han tenido impotencia y pérdida del deseo sexual pero no necesariamente al mismo tiempo. Algunas de las medicinas que se usan para el control de los ataques de epilepsia pueden causar depresión o sueño, lo cual puede bajar el deseo sexual, pero estas drogas no causan la pérdida de la función sexual.

La actividad sexual no causa ataques. Las actividades que a veces se relacionan con la actividad sexual, tales como el beber excesivamente, tensión emocional, fatiga o falta de sueño y comida pueden contribuir al comienzo de la actividad de un ataque. El monitorear la actividad, una dieta alimenticia y descanso pueden ayudar a mantener la epilepsia bajo control.

Al igual que la parálisis cerebral, la epilepsia carga con un estigma social negativo, lo cual a veces es el obstáculo más grande para gozar de la actividad sexual. Aunque hay ya en camino campañas mayores para la educación, la persona con epilepsia debe de ser la que tome las riendas para lograr que la posible pareja sexual entienda que la epilepsia no interviene con la función sexual, el amor o el matrimonio.

Discapacidades del desarrollo

Las discapacidades del desarrollo no afectan la función ni el deseo sexual. La mayoría de los problemas por los que pasa la gente que tiene discapacidad del desarrollo tienen que ver con las actitudes de la demás gente del público en general que no está discapacitada. En el caso de tutela legal, tal vez sirva que todas las personas involucradas se reúnan con los terapeutas u otros profesionales. La educación acerca de la sexualidad humana es importante para las personas incapacitadas mentalmente y todas las demás que tengan que ver con ellas. La educación y la comunicación serán necesarias para tratar las cosas para ambos en la pareja.

Lesión en la cabeza

Las lesiones a la cabeza pueden causar una variedad de problemas físicos y emocionales. Estos problemas pueden ser significativos dependiendo de cuáles partes del cerebro y que tanto del cerebro ha sido dañado. Ninguna lesión al cerebro es igual a la otra. Físicamente, no hay ningún impedimento en los órganos sexuales. Los problemas en cuanto a la función sexual resultan de otros problemas físicos tales como la pérdida de sensibilidad especial (donde el cuerpo está en el espacio), pérdida del sentido rítmico y tiempo, pérdida de movimiento en un lado del cuerpo, o la pérdida de sensación, la cual limita el placer sexual. La comunicación entre parejas es la clave para resolver estos problemas físicos.

Si una persona que ha tenido una lesión en el cerebro también tiene un trastorno emocional, la habilidad de él o ella para procesar información puede ser limitada dependiendo de lo severo de estos trastornos. La persona puede mostrar mal juicio, pensamientos irrazonables y ser muy impulsiva. Se piensa que el sistema límbico, situado en el tronco del encéfalo, controla las emociones y los deseos sexuales. Si la lesión a la cabeza incluye daño al sistema límbico, pueden resultar problemas emocionales y deseos sexuales incontrolables. La educación acerca del trastorno puede ayudar, pero frecuentemente son necesarios los programas de modificación conductual y terapia.

Lesión a la médula espinal

Una lesión a la médula espinal (SCI por sus siglas en inglés) si puede afectar la función sexual o el deseo. Un SCI puede afectar virtualmente todo sistema del cuerpo humano. Muchas personas que han sufrido una SCI se preocupan en cuanto a cómo afectaran sus lesiones la habilidad para participar y gozar de una relación sexual. Las funciones sexuales son controladas por partes del sistema central nervioso (CNS por sus siglas en inglés), particularmente el cerebro y la médula espinal. Las interrupciones al CNS por medio de una lesión en la médula espinal, por lo tanto, tendrán algún efecto en la función sexual. La cantidad del impedimento a la función sexual depende de una variedad de factores, incluyendo el nivel de la lesión, lo severo del daño a la médula espinal, y si la persona es hombre o mujer.

- **La función sexual de la mujer después de un SCI:** La habilidad de la mujer para participar en actividad sexual es menos afectada por un SCI por la manera en que está construido el cuerpo femenino. La mujer por lo general puede llevar a cabo el coito tan fácil después como antes de un SCI, aunque puede que sea necesaria más lubricación para evitar la irritación y lograr que el acto del coito sea más fácil para iniciarlo. También puede que se tenga que considerar una posición alternativa del cuerpo.
- **Función sexual del hombre después de un SCI:** Para los hombres, es un poco más complicada la situación en cuanto a la función sexual. Algunos hombres pueden lograr la erección fácilmente, algunos pueden lograr la erección a veces y algunos no pueden lograr la erección en lo absoluto después de un SCI.

- **Sensación sexual después de un SCI:** Al igual que con otras funciones psicológicas después de un SCI, la sensación sexual también puede quedar alterada. Algunos de los nervios que una vez dieron sensación de placer en los órganos sexuales y en otras partes eróticas del cuerpo tal vez ya no funcionen como lo hicieron antes de la lesión. A algunas personas les queda sensación específica en las partes genitales, mientras que otras notan que es poca o ya no existe. Otras han dicho que les ha aumentado la sensación en otras partes del cuerpo – la nuca, las orejas, los brazos y otras partes de la piel.

Muchas personas que han tenido un SCI han dicho que su placer total durante la experiencia sexual después de un SCI es tan buena, si no mejor, que la sensación sexual antes de la lesión. En muchos casos la necesidad los obliga a concentrarse en la relación sexual holística en vez de sexo específicamente genital. Muchas personas dicen que aun llegan al orgasmo pero no de la misma manera que antes de la lesión. De nuevo, de la única manera que puede descubrir sus necesidades, lo que personalmente le gusta y no le gusta, es explorar abiertamente con una pareja dispuesta y amorosa.

SCI and Sexuality (SCI y Sexualidad) se tomó de: SCI Network Fact Sheet 4, "Sexuality After SCI" (Hoja 4 de Hechos en la Red SCI) <http://spinalcordinjury.net/docs/scifact4.html>