



Boletín informativo

Hablemos sobre sexualidad con los pacientes.

Coloplast®
Professional

Este artículo se basa en una presentación de Birgitte Schantz Laursen (enfermera registrada, PhD), que se impartió en el Coloplast Ostomy Days de 2018.

Birgitte es investigadora experimentada en el Hospital Universitario de Aalborg (Dinamarca) y especialista en Sexología. Su estudio se centra en el impacto del cáncer y las enfermedades crónicas en relación con la sexualidad del paciente.

Durante los últimos 10 años, ha trabajado de forma estrecha con el personal de enfermería y otros profesionales sanitarios para empoderarlos a la hora de abordar, con sus pacientes, cuestiones sobre la sexualidad y la intimidad.

Tratar la sexualidad del paciente es una parte fundamental para un enfoque holístico en la atención, especialmente cuando se trabaja con pacientes que viven con enfermedades crónicas. En este artículo, se estudia cómo vivir con un estoma afecta a la sexualidad del paciente y cómo afrontar este área en el momento de asesorar a tus pacientes.

Seis maneras de enfocar la sexualidad del paciente:

- Edúcate a ti mismo.
- Sé profesional y personal, no íntimo.
- Ten en cuenta tus propios prejuicios y limitaciones. Desafíate a ti mismo.
- Practica situaciones y juegos de rol con tus compañeros.
- Identifica los recursos disponibles y sácales partido.
- Haz tu propio banco de preguntas y frases.

La importancia de la sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud¹ define *sexualidad* como «...un aspecto central del ser humano [...] que incluye el sexo, el género, las identidades y los roles, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se experimenta y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones». Además, la definición subraya que la sexualidad está influenciada por una serie de factores, como por ejemplo

La mayoría de los estudios científicos² enfatizan la importancia de la sexualidad en nuestro bienestar y en nuestra calidad de vida. Por ejemplo, los estudios indican que una vida sexual saludable puede hacer que superes una enfermedad más fácilmente y que tengas un mejor control sobre ésta. Estos descubrimientos se obtuvieron en un estudio en personas diabéticas, que reveló que los niveles de glucosa eran mejores entre los pacientes que tenían una vida sexual y mejores relaciones en comparación con los pacientes que no.

«Como enfermera, a menudo se habla de proporcionar una atención holística y tenemos que recordar que abordar la sexualidad forma parte de este modo de enfocar los cuidados al paciente». - Birgitte Schantz Laursen

Unos investigadores suecos han estudiado el rol de la oxitocina (hormona) que se libera durante las relaciones sexuales y la intimidad. Una de las propiedades exclusivas de esta hormona es que ayuda a sentirse más relajado y alegre. Por ello, se suele vincular con la reducción del estrés y una mejora generalizada de la salud. Dado que la oxitocina se libera como resultado del contacto íntimo, se destaca la importancia de la intimidad sexual para nuestro bienestar general.

Como vivir con un estoma afecta a la sexualidad, tanto física como psicológicamente.

«Siempre se percibe la enfermedad como un acontecimiento que tiene un impacto sobre todos los aspectos de nuestra existencia», explica Birgitte Schantz Laursen. «Hasta una enfermedad con implicaciones estrictamente biológicas afecta también a la parte psicológica y social de nuestra vida».

Por lo tanto, es normal que el vivir con un estoma tenga un fuerte efecto en la sexualidad de los pacientes. Los estudios⁴ indican que existen ciertos desafíos físicos y psicológicos con los que los pacientes tienen que lidiar. No solo tienen que aceptar los cambios producidos en su cuerpo tras la ostomía, sino que también tienen que enfrentarse al miedo y a la ansiedad que se derivan de su nuevo cuerpo en lo que a intimidad sexual se refiere.

los biológicos, fisiológicos y sociales.

Para los hombres, las operaciones en la zona pélvica pueden ocasionar daños a nivel nervioso, lo que puede causar disfunción eréctil, dificultades a la hora de eyacular y problemas en llegar al clímax. En el caso de las mujeres, las operaciones y tratamientos, como la radioterapia, pueden causar sequedad vaginal, dispareunia, dolor durante el coito y de igual forma, problemas para alcanzar el clímax.

La posición de la bolsa de ostomía puede afectar al posicionamiento durante el acto sexual y puede hacer que varíen los roles durante este. Si una persona tiene que variar de un rol activo a uno pasivo durante el coito, puede afectar a la forma en que esta persona visualiza su destreza e identidad sexual. Los pacientes han informado que les da miedo que la bolsa de ostomía se desprenda durante las relaciones.

Algunas personas en una relación estable comienzan a dormir en camas separadas por miedo a que su pareja se acerque demasiado a su bolsa durante la noche y que, debido a ello, se desprenda.

Por lo tanto, es evidente que estos tipos de mecanismos de afrontamiento tienen un impacto en la intimidad general de la relación.

La perspectiva del paciente.

Aunque el sexo y la sexualidad son importantes en la literatura y el entretenimiento, es un aspecto delicado del que suele ser difícil hablar, incluso dentro de la propia pareja. Por lo que, hablar de estos temas con un extraño puede ser intimidante, aunque se haga con un profesional sanitario.

No obstante, los estudios demuestran que el 85% de los pacientes desea que los profesionales sanitarios hablen con ellos sobre sus problemas sexuales⁵. Sin embargo, el 68% tiene miedo de sacar el tema por miedo a avergonzar al personal sanitario⁶. Y el 71% teme que el médico o la enfermera no aborde el problema⁷.

Es obvio que los pacientes esperan que los profesionales sanitarios aborden este tema y les proporcionen herramientas o consejos para ayudarles a afrontar sus retos sexuales.

«Como profesionales sanitarios, parte de nuestro papel es detener este círculo vicioso». - Birgitte Schantz Laursen

La perspectiva de los profesionales sanitarios.

Teniendo en cuenta que la sexualidad desempeña un papel tan importante en la existencia humana y que la atención holística exige que los profesionales sanitarios traten a la persona en todos los aspectos de su vida, ¿por qué no se aborda este aspecto?

Los estudios⁸ sugieren que hay muchas razones por las que los profesionales sanitarios evitan el tema de la sexualidad. Van desde la falta de tiempo, a que les preocupa ofender o avergonzar a los pacientes. Algunos creen que no es su obligación, que la sexualidad es algo que los pacientes no priorizan, ni antes ni durante el tratamiento, o que los pacientes prefieren tratarlo con sus parejas.

Todo esto da pie a lo que Birgitte Schantz Laursen llama «Tabú bidireccional». Según ella, «Respondemos al silencio de los pacientes con más silencio, lo que les confirma que están solos».

Por qué tratar la sexualidad puede ser un reto.

Uno de los motivos por los que tratar la sexualidad puede ser un reto radica en el enfoque que los profesionales sanitarios utilizan con los pacientes.

«Al hablar con un paciente, por lo general, pensamos que somos un instrumento. Por lo que, nuestros sentimientos pueden influir en nuestra habilidad para comunicarnos de forma eficaz», afirma Birgitte. Otro obstáculo es la falta de práctica. Si los profesionales sanitarios no están entrenados para hablar sobre la sexualidad, se vuelven dependientes de su propia experiencia. Esto, en cambio, les hace sentirse más vulnerables y poco profesionales⁹.

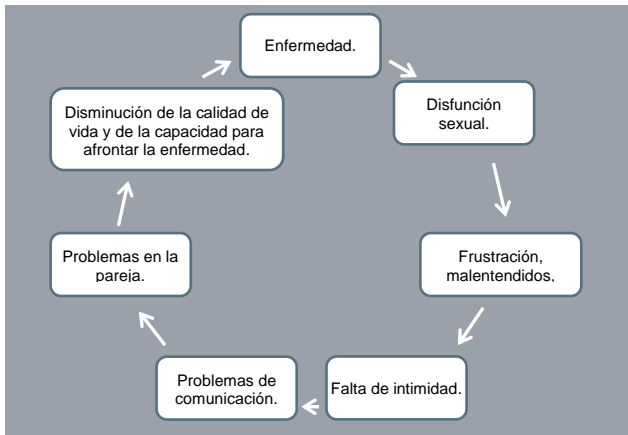
«Como personal de enfermería, nos enseñan a aislar nuestra vida privada de nuestra vida profesional. Siempre debemos conectar personalmente con el paciente, pero no debemos dejar que nuestros sentimientos influyan en la forma en que interactuamos con ellos. Y dado que la sexualidad es algo de la vida privada, puede ser difícil tratar este tema de una forma profesional», explica Birgitte.



Consejos para abordar la sexualidad

Entonces, ¿de qué manera pueden los profesionales sanitarios sobreponernos a estas barreras y proporcionar consejo y asistencia a los pacientes que lo esperan y lo necesitan?

«A veces, es suficiente con sacar el tema», dice Birgitte. «De esa forma, validas al paciente y reconoces que esto puede ser un problema». Si el obstáculo es la falta de tiempo, siempre se puede mencionar la sexualidad cuando se enseña al paciente a utilizar su bolsa de ostomía.



Y si te preocupa tratar un tema tan privado, puedes intentar hablar de la sexualidad en tercera persona, utilizando frases como «Algunos pacientes experimentan este problema...» en lugar de referirte directamente al paciente, «Usted puede experimentar este problema...». Otra técnica es utilizar preguntas abiertas en las que el paciente tenga que contar su historia con sus propias palabras.

Para aquellos que piensan que les faltan conocimientos o competencias necesarias para tratar la sexualidad, Birgitte comparte un mensaje para dar confianza: «Tienes el conocimiento, ya que conoces como las ostomías afectan las funciones sexuales Así que, ¡No seáis tímidos! Solo tenéis que arrancar».

Bibliografía:

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 & 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 con enfermedades muy personales y privadas. Trabajamos estrechamente con las personas que utilizan nuestros productos y creamos soluciones sensibles a sus necesidades especiales. A esto lo llamamos asistencia sanitaria íntima. Nuestro negocio incluye el tratamiento de la ostomía, de la continencia, de las heridas, de la piel y de la urología. Operamos en todo el mundo y tenemos más de 10 000 trabajadores.

Birgitte Schantz Laursen recibió una compensación económica por su compromiso con Coloplast S.A. El contenido de este artículo, incluidas las referencias, se ha elaborado bajo la dirección de la Birgitte Schantz Laursen.

El logotipo de Coloplast es una marca registrada de Coloplast S.A. © 2018-09
 Todos los derechos reservados a Coloplast S.A., 3050 Humlebaek, Dinamarca. PM-0600