

# DISFRUTAR DE LA SEXUALIDAD

GRUPO DE INTERÉS EN  
PSICOLOGÍA REPRODUCTIVA



## ¿POR QUÉ IMPORTA LA SEXUALIDAD?

**La Sexualidad** es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual.

Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. Acompañar a las necesidades de las personas con problemas de fertilidad supone **atender a la salud sexual como parte integrante de la salud general**.

## ¿PUEDO ENCONTRAR DIFICULTADES EN MI PROCESO DE FERTILIDAD?

Disponer de información sobre cómo puede afectar a la esfera sexual un diagnóstico de infertilidad y posterior tratamiento, **ayuda a normalizar** tanto la enfermedad como **el proceso de búsqueda de embarazo**<sup>1</sup>.

La prevalencia global de **disfunción sexual entre mujeres** en edad reproductiva (18 a 49 años) se estima aproximadamente en **50.75%**<sup>2</sup>. Aproximadamente el 23.6% de las mujeres y el 7.7% de los hombres que se someten a **tratamientos de reproducción asistida** presentan más dificultades para lograr un orgasmo en comparación con antes del tratamiento<sup>3</sup>. Pueden presentarse en mujeres, hombres o en ambos. Este último caso afecta especialmente al bajo deseo sexual, malestar emocional asociado a la vida sexual o a conflictos de pareja relacionados con la intimidad.



<sup>1</sup> Pasch, L. A., & Sullivan, K. T. (2017). Stress and coping in couples facing infertility. *Current opinion in psychology*, 13, 131–135.

<sup>2</sup> Alidost, F., Pakzad, R., Dolatian, M., & Abdi, F. (2021). Sexual dysfunction among women of reproductive age: a systematic review and metaanalysis. *International journal of reproductive biomedicine*, 19(5), 421.

<sup>3</sup> García Ojeda, M. B. G., Isa, L., Poch, F., Argibay, S. G., & Young, E. (2021). De esto no se habla: Los tratamientos de fertilidad y su impacto en la sexualidad de las parejas. *Revista Reproducción*, 36(1).

## ¿A QUÉ PUEDEN DEBERSE LAS DIFICULTADES?

**La presión emocional y el estrés** asociados con la infertilidad y los tratamientos de reproducción asistida pueden afectar el deseo y la función sexual.

Los tratamientos hormonales utilizados en la reproducción asistida pueden influir en la función sexual, causando cambios en el deseo o en la respuesta sexual. La infertilidad y el tratamiento pueden poner tensión en las relaciones de pareja, lo que puede llevar a disfunciones sexuales.

**Algunos medicamentos** e intervenciones quirúrgicos utilizados en los tratamientos de fertilidad **pueden tener efectos secundarios que afectan la función sexual**. La experiencia de la infertilidad puede llevar a problemas de autoestima y depresión, que también pueden influir en la vida sexual.



## CÓMO MANEJARLO

La sexualidad es mucho más que un método contraceptivo. La sexualidad va más allá del coito o la penetración.

Expreso mi **afectividad, deseo y disfruto** a través de ella. Puedo apoyarme en los distintos materiales eróticos disponibles. Tengo una comunicación abierta con mi pareja.

## DÉJATE ASESORAR POR



Psicólogos  
Sexólogos  
Ginecólogos



Sociedad  
española  
de fertilidad



Grupo de interés  
en psicología  
reproductiva