



Sexsomnia: el sonambulismo que lleva a tener sexo mientras se duerme

Descripción



Los trastornos del sueño son diversos y afectan a una amplia gama de personas. Se han catalogado más de 100 trastornos diferentes, que van desde el insomnio hasta el síndrome de piernas inquietas o la narcolepsia. Estos suelen ser los más comunes, pero hoy vamos a ver la sexsomnia, una condición menos conocida.

Video.

Sexsomnia, tener relaciones sexuales mientras se duerme

Las personas que sufren de sexomnia, una condición que el Dr. Milagros describe a Merino, miembro de la Sociedad Española del Sueño (SES), como “intentar involucrarse o consumir conductas sexuales de una manera inapropiada e inusual ajena a los sueños de contenido sexual y sin ser consciente o participar en ello recuerda hacerlo cuando se despiertan por la mañana”. La sexomnia no tiene relación con los trastornos sexuales, ya que el comportamiento sexual de los pacientes es completamente diferente mientras están despiertos. De hecho, se han dado casos de personas heterosexuales que realizan prácticas homosexuales.

¿Qué es la sexomnia?

La sexsomnia es una patología muy rara que la Academia Estadounidense de Medicina del Sueño

define como “un trastorno del sueño, subtipo de parasomnia del sueño NREM y variante de excitación confusa, distinta de la eyaculación nocturna fisiológica o la hipersexualidad médica o farmacológica”. De hecho, en la literatura médica se conocen menos de 60 casos confirmados de sexsomnia, ya que los síntomas suelen coexistir con otras parasomnias como el sonambulismo.

La sexsomnia se clasifica en parasomnias, que son actividades perturbadoras, anormales y habituales que ocurren entre y durante los períodos de sueño profundo, como dormir. B. sonambulismo o terrores nocturnos.

La sexsomnia puede desencadenarse por cualquier cosa que interrumpa un patrón de sueño normal y saludable, como: B. beber alcohol o cafeína justo antes de acostarse. La depresión, la ansiedad, el estrés y la falta de actividad sexual también pueden ser la causa.

Además, esta parasomnia produce comportamientos diferentes en hombres y mujeres, la frecuencia es variable, desde un solo episodio hasta varias veces por semana. Con ellos se limita a la masturbación ya la verbalización sexual; Van un poco más allá e intentan tener relaciones sexuales o acariciar los genitales y los senos de su pareja o de las personas de su entorno inmediato.

imágenes falsas

Diagnóstico, consecuencias y tratamiento.

El hecho de que los pacientes no recuerden los episodios dificulta el diagnóstico de la sexsomnia. Son las parejas o los individuos objeto de sus prácticas quienes identifican conductas sexuales anormales que, al ser descritas, evocan sentimientos de vergüenza y asombro en el sexsomnia, que pueden llegar incluso a la humillación porque realizan sus acciones por considerarlas anormales.

La periodicidad de los episodios es otro factor que dificulta el diagnóstico de un paciente con sexsomnia, ya que no tiene que seguir una regularidad que sugiera la presencia de un trastorno del sueño.

La sexsomnia supone un reto para la medicina forense y forense porque, además de los problemas personales y conyugales de los pacientes, también puede tener consecuencias legales si se ven afectados menores de edad o si se ha realizado una penetración tipificada como infracción administrativa.

En cuanto al tratamiento existente para la sexsomnia, lo mejor es seguir algunas reglas básicas de higiene del sueño. Duerma lo suficiente para permanecer descansado durante el día, siga una rutina diaria de hora de acostarse y de comer, evite tomar estimulantes al final del día y evite la exposición a pantallas encendidas antes de acostarse.

Fecha de creación

marzo 2023