



¿Tienes problemas de lubricación? ¿Nunca tienes ganas de sexo? Tu ginecólogo puede ayudarte

Descripción



Cuando todo va bien en la cama, es muy agradable. Pero es incluso mejor poder acudir a un experto si algo sale mal. El ginecólogo no solo puede ayudarte si estás embarazada o quieres quedar embarazada, también está a tu lado si tienes algún problema.

[salud sexual](#) como la sequedad vaginal, las infecciones de transmisión sexual o nuestro deseo sexual, brillan por su ausencia.

“Las dudas sobre la sexualidad continúan plagadas de estigmas y tabúes. Además, no depende de la formación académica o la clase social de la mujer, sino del tipo de educación en la familia y en el entorno inmediato”, explica la Dra. Mercedes Herrero Conde Especialista en Obstetricia y Ginecología en HM Hospitales. Pues entonces es hora de olvidar los tabúes y buscar ayuda si nos encontramos en alguno de los casos que te contamos a continuación.

Ya no me mancho como antes, ¿hay alguna solución?

La lubricación es una función normal del revestimiento vaginal y varía mucho de una mujer a otra. Por ejemplo, es normal experimentar más sequedad en algunas etapas del ciclo menstrual, después del parto o al tomar ciertos medicamentos como anticonceptivos o antidepresivos que se asocian con menos humedad.

Si ya eres mayor de edad, lo sentimos, pero la sequedad vaginal es uno de los síntomas del llamado síndrome urogenital de la menopausia, entre otros. En su caso, esta falta de lubricación se produce como consecuencia de la falta de estimulación hormonal del aparato genital femenino, lo que provoca un adelgazamiento y atrofia de las paredes de la mucosa vaginal y una disminución del moco cervical.

La Solución: Cuando la lubricación escasea, las relaciones sexuales se complican. Pero tenga la seguridad de que este problema se puede abordar en múltiples frentes para resolverlo. Se pueden ofrecer tratamientos locales o incluso medicamentos orales para mejorar la función de la mucosa vaginal y su lubricación. También podemos utilizar lubricantes durante las relaciones sexuales o mimar nuestro suelo pélvico con ejercicios específicos para aumentar la circulación de los tejidos.

En cuanto a los fármacos, se utilizan tratamientos hormonales a base de estrógenos, que se aplican en la vagina en forma de crema o gel. Pero también existen tratamientos no hormonales cuya composición básica es el ácido hialurónico, un gran retenedor de agua. “Las cremas hidratantes vaginales no hormonales son actualmente las más utilizadas por las mujeres menopáusicas, aunque la reciente introducción del tratamiento con láser de CO2 local está ganando apoyo debido a los buenos resultados observados hasta el momento”, explica el Dr. Ana Román, Jefa del Servicio de Ginecología del Hospital Universitario La Moraleja.

Tengo una nueva pareja sexual... ¿debo hacerme una prueba de ITS?

En general, existen dos tipos de pruebas para detectar o descartar una infección de transmisión sexual: análisis de sangre o muestras de flujo vaginal o cervical. Estos últimos se realizan preferentemente cuando hay signos de que algo anda mal después de haber tenido relaciones sexuales sin preservativo. “Por lo general, las pruebas no se realizan de forma sistemática en los controles ginecológicos de rutina, por lo que en el caso de relaciones sexuales de riesgo, cambios de pareja o pluripareja, se debe solicitar específicamente a las pacientes que lo hagan durante su visita al hospital”. Ana Román.

Si tiene una nueva pareja sexual, usar un condón lo ayudará a prevenir infecciones. /

IMDB

La solución: El uso del preservativo evita que se produzcan estas enfermedades, por lo que siempre se recomienda su uso durante las prácticas sexuales de riesgo... si tu pareja sigue siendo tu pareja, recuérdaselo. Además del disgusto, tenemos otra advertencia: las pruebas de ITS pueden ser normales incluso si tienes una infección. No obstante, deben realizarse si existen síntomas o antecedentes de promiscuidad o sospecha de infección previa. Desafortunadamente, hay ITS que pueden no detectarse incluso cuando se realizan las pruebas. Es por eso que siempre es una buena idea usar un condón al comienzo de una nueva relación (incluso si no es una aventura). Por ejemplo,

algunos virus no son fáciles de detectar. Tal es el caso del VPH, el virus del papiloma humano.

no tengo ganas de tener sexo

Aunque es posible que necesites la ayuda de sexólogos para mejorar esta situación, hablarlo con tu ginecólogo también es una buena opción. El asesoramiento ayuda a descartar problemas físicos, enfermedades de las mucosas acompañadas de dolor... La mayoría de los casos de pérdida de deseo sexual son multifactoriales y por tanto no existe un tratamiento único o común. Cada uno es diferente y también depende de su situación: con o sin pareja. Es importante enfatizar la importancia de reconocer el problema y pedir ayuda. Y decir que solo mejora con el tratamiento adecuado.

Video.

Cómo llegar al orgasmo sin penetración

La solución: La disminución de la libido o pérdida del apetito sexual puede ser consecuencia del tratamiento farmacológico de algunas enfermedades crónicas como la hipertensión arterial o la depresión, pero también ocurre fisiológicamente durante la menopausia por la falta de estimulación hormonal. “La terapia de reemplazo hormonal mejora el deseo sexual al restaurar el trofismo vaginal perdido durante la menopausia. También existen medicamentos comercializados con compuestos naturales que ayudan a revertir este problema, aunque son menos efectivos que los tratamientos de reemplazo hormonal”, dice la Dra. Anna Roman.

Fecha de creación

marzo 2023