

Efectos sexuales secundarios

Los cambios en la vida sexual de un hombre son comunes y se pueden manejar.

El cáncer de próstata y su tratamiento a menudo traen consigo cambios en la vida sexual del hombre, especialmente en el deseo sexual y las erecciones. Aún sin cáncer de próstata, la edad y los problemas de salud pueden causar cambios. El cáncer de próstata y su tratamiento pueden aumentarlos. La buena noticia es que usted y su pareja todavía pueden disfrutar del sexo.



¿Qué cambios son más probables y por qué pasan?

Cambios en su deseo sexual.

Sus sentimientos y preocupaciones sobre el cáncer y los efectos secundarios del tratamiento pueden disminuir su interés en el sexo.

- Es común que los hombres y sus parejas se sientan preocupados, tristes o cansados, aun antes de que comience el tratamiento del cáncer. Esto hace difícil pensar en el sexo y el placer.
- Los tratamientos para el cáncer como la quimioterapia, la radiación, las hormonas y los medicamentos (para el dolor, náuseas o depresión) también pueden reducir el deseo sexual.

Con el tiempo, su interés por el sexo puede volver, sobre todo cuando sus preocupaciones acerca del cáncer disminuyan.

Cambios en la erección.

Los tratamientos del cáncer de próstata pueden cambiar la capacidad del hombre para tener o mantener una erección. El tratamiento puede causar daño a los nervios o los vasos sanguíneos, previniendo que la sangre vaya al pene para endurecerlo.

• *Después de la cirugía de próstata*, las erecciones por lo general son débiles durante los primeros meses.

Pueden mejorar en un año o dos si los nervios cerca de la próstata no se removieron. Las erecciones regresan más fácilmente si un hombre tiene la cirugía antes de los 65 años.

• *Después de los tratamientos de radiación*, las erecciones gradualmente disminuyen en firmeza. Esto se puede desarrollar incluso años después del tratamiento.

• *Después de los tratamientos hormonales*, los cambios que se producen pueden desaparecer en pocas semanas o meses después de finalizar el tratamiento, a menos que el tratamiento haya durado mucho tiempo, como varios años.

Cambios en los orgasmos.

Después de los tratamientos de cáncer de próstata, los hombres experimentan "orgasmos secos." No eyaculan fluido. Todavía sienten el placer del orgasmo, pero se libera poco o nada de líquido (semen). Esto se debe a que la glándula de la próstata ya no produce el líquido que se mezcla con el esperma. Algunos hombres extrañan tener una eyaculación. Los sentimientos de pérdida o de tristeza son normales.

¿Cómo los hombres y sus parejas hacen frente a los cambios sexuales y sus preocupaciones?

Estas son algunas sugerencias para hacer frente a los cambios sexuales.

Tenga en cuenta que el cáncer de próstata no se puede contagiar a su pareja. A su pareja no se le puede "pegar" por haber tenido relaciones sexuales, besos u otro contacto íntimo con usted.

- *Hable abierta y honestamente con su pareja.* No es fácil hablar sobre temas sexuales pero si comparten sus sentimientos y necesidades, será más fácil para ambos. Aliente a su pareja a leer esta información y, a hablar acerca de esto con usted.

- *Planee actividades sexuales para los momentos en que este bien descansado.* Vacíe su vejiga antes de tener sexo. Si le preocupa tener una fuga de orina, use un condón. Tómese su tiempo.

- *Esté dispuesto a intentar nuevas formas de estar cerca y compartir la intimidad.* Muchas parejas comparten la intimidad sexual y el placer sin relaciones sexuales. Abrazar, besar, acariciar y tomarse de la mano, pueden ayudar a mantenerse cerca. Recostarse uno cerca del otro, haciendo contacto piel-con-piel, puede ser íntimo y romántico.

- *Sea creativo de una manera que les convenga a usted y a su pareja.*

- Las caricias con las manos, labios o lengua pueden ser muy placenteras.
- Los orgasmos pueden ocurrir con caricias o sexo oral, para ambos.
- Los vibradores puede incrementar el placer de ambos. Estos incrementan saludablemente el flujo sanguíneo en las partes de su cuerpo que participan en el sexo.



Usted puede comprarlos en el Internet en sitios con buena reputación que no venderán su información a las listas para mercadotecnia. El Centro para la Salud Sexual de la Universidad de Michigan tiene una hoja de datos sobre los vibradores. Puede obtener la información en:

<http://www.med.umich.edu/sexualhealth/vibrators.pdf>

- *Hable de todos sus medicamentos con su equipo de salud.* Ciertos medicamentos, incluso los que compra sin receta médica, pueden causar problemas con las erecciones.

Tratamientos para problemas de erección

Hable con su médico. Si tuvo cirugía de próstata, pregunte a su médico acerca de la "rehabilitación del pene". Este tratamiento ayuda a los hombres a tener una mejor oportunidad de recuperar erecciones más firmes después de la cirugía. La rehabilitación puede incluir píldoras, bolitas medicadas en la uretra (supositorio uretral), inyecciones y dispositivos mecánicos para estimular el flujo sanguíneo.

Cualquier hombre que tenga problemas con las erecciones, puede preguntar a su médico si los tratamientos indicados a continuación le son útiles. Todos requieren una receta médica. Todos tienen algunos efectos secundarios. Algunos no se pueden utilizar si está tomando ciertos medicamentos para el corazón.

La mayoría de los tratamientos para los problemas de erección involucran ciertas dificultades. Contar con el apoyo de su pareja y mantener sus expectativas razonables, será de ayuda. Un objetivo realista es tener erecciones lo suficientemente firmes como para tener relaciones sexuales.

Tratamiento - Los medicamentos administrados por la boca. Hay 3 tipos de píldoras comunes para los problemas de erección:

- Viagra (nombre genérico: el citrato de sildenafil)
- Cialis (tadalafil)
- Levitra (vardenafil)

Estos le ayudarán a conseguir una erección con la estimulación sexual. No causan una erección por sí mismos. Funcionan mejor si en la cirugía no se removieron los nervios, o cuando se tienen erecciones parciales y sólo necesita más firmeza.

Tratamiento - Los medicamentos usados en el pene (nombre genérico: Alprostadil).

- MUSE es un gránulo pequeño que se inserta en la abertura del pene. El gránulo se disuelve y el medicamento se absorbe. Si funciona, la erección se inicia en un plazo de 8-10 minutos y puede durar de 30-60 minutos.

- Caverject es el mismo medicamento que MUSE, pero se inyecta en la base del pene. Las agujas son muy pequeñas y causan muy poco dolor. Las erecciones duran entre 40-60 minutos.

Ambos tratamientos deben ser evaluados en la clínica con un médico o enfermera para encontrar la dosis correcta para usted.

Tratamiento - dispositivo de erección por vacío (VED).

Este es un dispositivo utilizado para llevar sangre al pene y crear una erección.

Así es como funciona:

1. El pene blando se coloca dentro de un tubo plástico conectado a una bomba.
2. La bomba crea un vacío que atrae sangre al pene.
3. Un anillo se coloca en la base del pene para impedir que la sangre se regrese.
4. El anillo se retira en los siguientes 30-40 minutos para permitir que la sangre fluya de nuevo.

Algunos hombres sienten que el VED interfiere con la excitación preliminar. Pero, por el lado positivo, es un dispositivo que produce una erección firme en casi todos los hombres con el menor índice de efectos secundarios.

Algunos, pero no todos los hombres son capaces de tener un orgasmo al utilizar este dispositivo.

Tratamiento - implantes de pene. Un implante de pene requiere de cirugía en la cual un par de cilindros se colocan dentro del pene.

Efectos sexuales secundarios

Estos son inflados con agua para crear una erección artificial. La cirugía para un implante elimina el tejido dentro del pene y daña la capacidad natural de un hombre de tener erecciones. La recuperación de la cirugía tarda de 1-3 semanas. La mayoría de los hombres prefieren probar otros tratamientos antes de considerar esta opción.

Los hombres con implantes pueden tener orgasmos. Los implantes de pene también ayudan a tener relaciones sexuales más espontáneas.

Si desea considerar este tratamiento, pregunte a su médico acerca de los diferentes modelos de implantes.

Los profesionales de la salud ayudan a hombres y a sus parejas con problemas sexuales todos los días.

Asegúrese de hablar con su equipo médico si:

- Usted tiene preguntas o inquietudes sobre su desempeño sexual. Una referencia con un terapeuta sexual certificado podrá ayudarle a usted y a su pareja.
- Quiere probar un tratamiento distinto para los problemas de erección.
- El tratamiento actual no lo satisface a usted o a su pareja.



A pesar de que las parejas pueden experimentar cambios en su vida sexual después del tratamiento del cáncer de próstata, hay maneras para que sigan disfrutando del sexo y tengan una relación estrecha.



Esta información fue desarrollada para el Plan Integral de Control del Cáncer de Michigan, bajo la dirección del Comité de Acción del cáncer de próstata. Sus esfuerzos fueron apoyados en parte por la Escuela de Enfermería de la Universidad de Michigan y el Departamento de Salud Comunitaria de Michigan con fondos de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) Acuerdo Cooperativo 5U58DP000812. El contenido de la publicación no representa necesariamente la opinión oficial del CDC.

Esta hoja informativa contiene información general y no pretende sustituir la consulta con su médico o enfermera.

Desarrollado en Septiembre del 2009