

Salud Sexual de la Mujer Después del Trasplante

Cristina Pozo-Kaderman, Ph.D.

Psicóloga Clínica, Directora del Programa de Adultos Jóvenes

Instituto del Cáncer Dana Farber

Escuela de Medicina de Harvard

1

Objetivos de Aprendizaje:

- Cómo el diagnóstico y el tratamiento pueden afectar los cambios sexuales
- Cambios sexuales comunes después del trasplante
- Estrategias para ayudar con los cambios sexuales
- Barreras para la educación del paciente sobre los cambios sexuales

2

¿Por qué no se discuten los efectos secundarios sexuales antes del tratamiento?

- Foco en el tratamiento del cáncer y en salvar su vida
- Tiempo limitado durante las visitas
- Los profesionales de la salud pueden sentirse incómodos
- Los padres a menudo están presentes para la visita a la clínica
- Es posible que los profesionales de la salud no tengan las respuestas, el conocimiento y/o a quién derivar para obtener respuestas
- Foco en la fertilidad en lugar de la sexualidad
- Si los profesionales de la salud no lo hablan, es posible que los pacientes no se sientan cómodos para mencionarlo

Objetivo: Los cambios sexuales deben discutirse junto con otros posibles efectos secundarios.

3

Múltiples Factores Impactan su Vida Sexual (y entre sí) Modelo Biopsicosocial

- Tratamiento para el cáncer
 - Cirugía
 - Quimioterapia
 - Radiación
- Otros medicamentos
- Fatiga
- Dolor

- Cambios en la imagen corporal
- Factores en la relación
- Factores psicológicos
 - Ansiedad
 - Depresión
 - Estrés
- Cultural/Social/Religioso

4

¿Qué Causa los Cambios Sexuales Después del Trasplante?

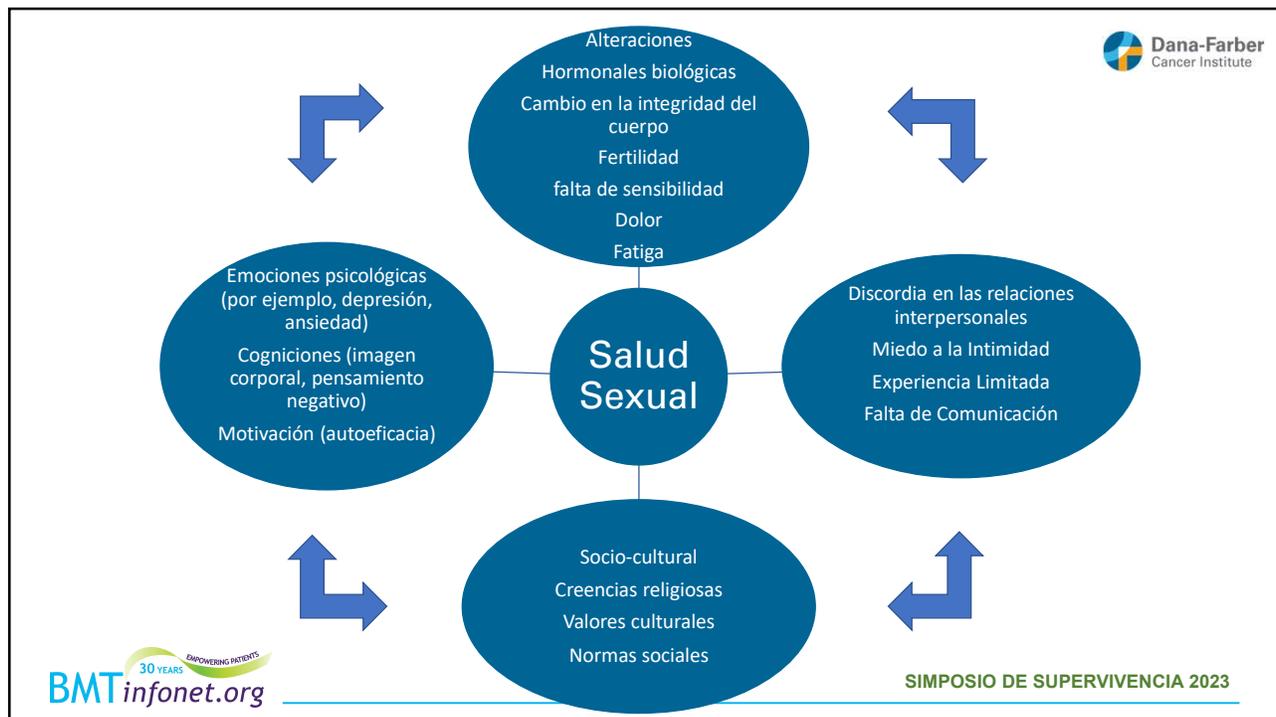
- Quimioterapia
- Enfermedad de injerto contra huésped (EICH) y su tratamiento
- EICH genital
- Los medicamentos, por ejemplo, para tratar la EICH, pueden causar cambios físicos, discapacidad emocional
- Cambios Hormonales-Menopausia Prematura

5

Impacto en la Sexualidad

- Los sobrevivientes de trasplantes, tanto hombres como mujeres, a menudo informan cambios en su vida sexual después del trasplante.
- EICH asociada con menos satisfacción sexual, más aún si es genital
- EICH genital:
 - Sequedad vaginal
 - Irritación
 - A veces, ulceración
 - Estrechamiento del canal vaginal
- Cambios en el deseo, la excitación y el orgasmo
- ¿Sequedad vaginal, atrofia?

6



7

Factores Psicológicos y Socioculturales que Afectan la Función Sexual

- Cambios emocionales - ansiedad y depresión, a veces pueden deberse a cambios hormonales
- Sueño - puede deberse a sofocos
- Imagen corporal - pérdida de cabello, cambios musculares, en el peso
- Cambios en los roles y las relaciones
- Fatiga
- Cultural
- Cambios en puntos de vista/religiosos/espirituales



Logos: Dana-Farber Cancer Institute, BMTinfonet.org (30 YEARS EMPOWERING PATIENTS), SIMPOSIO DE SUPERVIVENCIA 2023.

8

Comenzando con el Cuerpo

Restaurar la salud sexual junto con la salud y el bienestar general

- Identificar y abordar la "**Mecánica**"
 - Manejo de la menopausia prematura
 - Abordar la salud vaginal como parte de la salud de todo el cuerpo
- Abordar los **factores médicos** relevantes
 - Fatiga, dolor, cambios en la anatomía/movilidad y sensaciones
- Aceptar **cambios en el estilo de vida y el comportamiento**
 - ej., dieta, ejercicio



9

Menopausia Prematura

Disminución de los niveles de estrógeno y testosterona:

- Síntomas genitourinarios que impactan en la salud sexual
- La menopausia puede ser temporal o permanente
- Sequedad/dolor/opresión vaginal, elasticidad reducida, cambios en el flujo sanguíneo y la sensación
- Sofocos
- Cambios en el estado de ánimo
- Fatiga
- Dificultades para dormir
- Quimocerebro
- Disminución de la libido (deseo sexual). Hay más en el deseo sexual que solo hormonas



10

Si Tiene Menopausia Prematura...

- Controle los niveles de hormonas
- La terapia hormonal puede comenzar poco después del trasplante
- Los cambios vaginales debidos a la menopausia prematura pueden ser como la EICH genital, pero el tratamiento es muy diferente

11

Cambios Vaginales Posteriores al Trasplante

- Sequedad – hidratar
- Elasticidad reducida – estiramiento
- Cambio en la sensación: enfoque en la sensación

12

Salud Vaginal - Hidratación

Tratamiento de la Sequedad Vaginal: Dos Pasos

Paso uno:

- Hidratante vaginal cada dos noches antes de acostarse.
- Hidratantes: a base de agua, sin glicerina, ej.
 - Replens, Revaree
- Hidratante vaginal: hormonal local, ej.
 - Estrace - crema vaginal
 - Vagifem - insertos vaginales
 - Intrarosa - insertos vaginales derivados de plantas DHEA
 - Discutir con el oncólogo



13

Salud Vaginal - Hidratación

Paso Dos:

- Lubricantes – cuando está sexualmente activa
- Ejemplos:
 - Astroglide
 - K-Y Jelly
 - Good Clean Love
 - Supositorios (Lubrin)



14

Si hay Sequedad o Dolor Vaginal

- Verifique medicamentos - medicamentos para alergias
- Evite las duchas
- Evite los aerosoles de higiene femenina
- Evite los jabones perfumados
- Toallas íntimas desodorantes



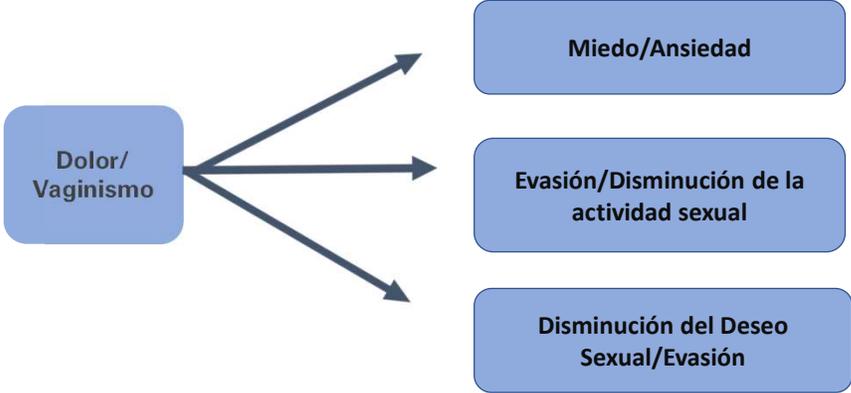
Ejercicios del Suelo Pélvico - Estiramiento

- Consulte a un fisioterapeuta que se especialice en fisioterapia del suelo pélvico.
 - Encuentre un proveedor en PelvicRehab.com o consulte con su ginecólogo
- Dilatadores
 - Cómo se usan: mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-vaginal-dilator



 Dana-Farber
Cancer Institute

Consecuencias



```

graph LR
    A[Dolor/Vaginismo] --> B[Miedo/Ansiedad]
    A --> C[Evasión/Disminución de la actividad sexual]
    A --> D[Disminución del Deseo Sexual/Evasión]
  
```

 **BMT** 30 YEARS EMPOWERING PATIENTS **infonet.org**

SIMPOSIO DE SUPERVIVENCIA 2023

17

 Dana-Farber
Cancer Institute

Sexualidad Después del Trasplante - Soltera

- Teniendo citas
- Cuándo informar sobre antecedentes de cáncer/trasplante
- Cómo decir/Cómo comunicar




 **BMT** 30 YEARS EMPOWERING PATIENTS **infonet.org**

SIMPOSIO DE SUPERVIVENCIA 2023

18

Mejorando su Sexualidad e Intimidad (Deseo)



- Cultive el deseo y la intimidad (no es automático)
 - Comuníquese con su pareja
 - Focalícese en el placer (en lugar de centrarse en objetivos)
 - Hágase tiempo para la intimidad
 - Pase lo que pase, la mayoría de la gente disfruta que la toquen
 - Tómense de las manos, háganse masajes
 - Mantenga un "diario de deseos"
 - Desencadenantes sexuales

19

Mejorando su Sexualidad e Intimidad (Deseo)



- Dése tiempo para ponerse de humor
 - Ve una película erótica
 - Lea literatura erótica
 - Escuche música, baile, bese
 - Relájense, tomen una ducha o un baño juntos
- Toque suave, tiempo extra para los juegos previos
- Limite el contacto, si es doloroso (comuníquelo)

20

Mejorando su Sexualidad e Intimidad

- Trate de mantener una mente abierta acerca de las formas de sentir placer/posiciones/experimentos sexuales
- Autoestimulación
- ¿Acupuntura?
- ¿Herbario?
- ¿Medicamentos? ¿Nuevos medicamentos?
- ¡Diviértase, explore!



21

Cómo Tratar los Cambios Sexuales Después del Trasplante: Enfoque de Equipo

- Evaluación y educación sobre salud sexual antes y después del trasplante
- Evaluación Hormonal antes y después del trasplante
- Terapia Hormonal – cuando esté indicada
- Tratamiento Tópico y otros medicamentos cuando estén indicados
- Salud sexual y Terapia Cognitiva Conductual (TCC)
- Consejería de Parejas

22

La Salud Sexual es Parte de una Vida Saludable

- Reconozca los cambios – las pérdidas
- Explore formas de hacer frente a los cambios
- Explore formas de encontrar comodidad con los cambios en el cuerpo y la imagen corporal
 - Hable con usted misma
 - Aprecie su cuerpo
 - Ropa
- **Manténgase activa y en movimiento: haga ejercicio**
- Estado de ánimo – ansiedad
- Duerme bien, coma apropiadamente
- Mantenga el sexo en perspectiva



Recursos Nacionales de Salud Sexual

- Asociación Estadounidense de Educadores, Consejeros y Terapeutas Sexuales (aasect.org)
- Sociedad de Terapia e Investigación Sexual (sstarnet.org)
- Sociedad Internacional para el Estudio de la Salud de la Mujer (ISSWSH)
- LIVESTRONG (livestrong.org)
- Sociedad Americana del Cáncer (cancer.org)
- Sociedad Estadounidense de Oncología Psicosocial (apos-society.org)

¡Gracias!

¡Contáctese con nosotros!

Cristina Pozo-Kaderman, PhD:

cristina_pozokaderman@dfci.harvard.edu

Programa de Adultos Jóvenes (YAP,
según su sigla en inglés):

yap@dfci.harvard.edu

