

ASUNTOS RIESGOSOS

SEXO

El sexo es una parte completamente natural y normal de la experiencia humana, y cuando se practica de forma segura y con una pareja respetuosa, puede tener beneficios para la salud. Sin embargo, para algunas personas, el sexo se convierte en una obsesión y es más perjudicial que beneficioso.

EL SEXO ES UN GRAN NEGOCIO



Los clubes de striptease son una industria de

\$6 MIL MILLONES

en los Estados Unidos.¹



EL 30 POR CIENTO

de los datos enviados por internet se relacionan con la pornografía.²



En 2016, las ventas en EE. UU. de fármacos que mejoran el desempeño masculino generaron más de

\$2,6 MIL MILLONES³

EL SEXO TAMBIÉN PUEDE SER UN ASUNTO RIESGOSO

La conducta sexual de alto riesgo ocurre cuando una persona se pone en riesgo de consecuencias negativas como contraer una infección o enfermedad de transmisión sexual, o un embarazo no planeado.

Algunas conductas sexuales de alto riesgo incluyen:

- ▶ Contacto sexual no protegido
- ▶ Múltiples parejas sexuales
- ▶ Sexo bajo la influencia de drogas o alcohol



En un estudio de alumnos universitarios,

MENOS DE LA MITAD

(46,6%) que practicó sexo oral, anal o vaginal en su contacto más reciente informó el uso de un preservativo.⁴

Si bien no todas las personas que practican sexo riesgoso tienen problemas con la conducta sexual compulsiva, muchas personas con conducta sexual compulsiva tienen sexo de alto riesgo.

¿QUÉ ES EL SEXO COMPULSIVO?

La conducta sexual compulsiva ocurre cuando una persona tiene conductas o pensamientos sexuales excesivos y no controlados que pueden ocasionarles angustia y afectar negativamente sus relaciones y su trabajo. En algunos casos, las conductas sexuales compulsivas también pueden ocasionar que una persona tenga problemas financieros o legales. La conducta sexual compulsiva en ocasiones también se denomina ninfomanía, hipersexualidad, adicción al sexo o deseo sexual excesivo.

Las conductas sexuales compulsivas en general se dividen en dos categorías: aquellas que son socialmente aceptables cuando no se realizan de forma compulsiva (conductas no parafilicas) y aquellas que no lo son (conductas parafilicas). Esta información se enfoca en conductas que son no parafilicas, como la masturbación, uso de pornografía y sexo consensuado que puede ser pagado o extramarital.



5 - 8%

de las personas tiene una conducta sexual compulsiva.⁵



Las conductas sexuales compulsivas son más comunes en los hombres.⁶

NOTA: La información presentada no se refiere a personas que cometen un ataque sexual u otro delito sexual.

¿CÓMO AFECTA EL SEXO COMPULSIVO LA SALUD MENTAL?

- ▶ Las personas pueden descuidar responsabilidades en búsqueda de gratificación sexual, causando sentimientos de culpa y vergüenza.⁷
- ▶ Las conductas sexuales compulsivas como ver pornografía de forma excesiva o tener sexo con prostitutas puede crear expectativas no saludables o poco realistas sobre cómo deben ser las experiencias sexuales saludables.⁸
- ▶ Las personas que adquieren infecciones o enfermedades de transmisión sexual como resultado de la actividad sexual compulsiva, pueden sentirse muy avergonzadas y sufrir de baja autoestima.
- ▶ Los sentimientos de traición e ira son comunes entre las personas cuyas parejas mintieron o mantuvieron secretos para satisfacer sus conductas sexuales compulsivas.

¿CÓMO SE RELACIONA LA CONDUCTA SEXUAL COMPULSIVA CON LA ENFERMEDAD MENTAL?



Las conductas compulsivas o hipersexuales pueden ser inducidas por episodios maníacos en personas con trastorno bipolar, abuso de sustancias, medicamentos o tumores y lesiones en el lóbulo delantero del cerebro. Una vez que una persona recibe tratamiento por estas afecciones, las conductas compulsivas o hipersexuales en general se reducen.⁹

Más del 83% de las personas que se identifican como adictos al sexo tienen otras adicciones como la dependencia al alcohol o las drogas, la conducta compulsiva de trabajo o el juego compulsivo.¹⁰



El treinta y ocho por ciento de las personas que se identifican como adictas al sexo tienen alguna forma de trastorno alimentario.¹¹



Un estudio demostró que el 58% de las personas que se enfrentan a conductas sexuales compulsivas también presentaron una depresión severa en algún punto de su vida.¹²



Las personas con conducta sexual compulsiva tienen un mayor riesgo de intentar suicidio.¹³



COMPRUEBE SU ESTADO

En los últimos 6 meses:

- ¿Ha sentido que sus fantasías, necesidades y/o conductas sexuales le causaron ansiedad y afectaron su capacidad de funcionar?
- ¿Ha deseado detener o reducir sus fantasías, necesidades y/o conductas sexuales, pero no tuvo éxito en sus intentos?
- ¿Ha pasado una gran cantidad de tiempo buscando o involucrándose en fantasías, impulsos y/o conductas sexuales?
- ¿Ha recurrido a fantasías, impulsos y/o conductas sexuales para enfrentar el estrés u otros sentimientos como la depresión, la ansiedad o el aburrimiento?
- ¿Ha continuado adoptando su conducta sexual a pesar del daño físico o emocional que le causó a usted o a las personas que le importan?

Si marcó la mayoría de las casillas anteriores, puede estar enfrentando un trastorno sexual y debe solicitar ayuda profesional.¹⁴

FUENTES

- ¹ <https://www.ibisworld.com/industry/strip-clubs.html>
- ² <https://www.extremetech.com/computing/12929-just-how-big-are-porn-sites/2>
- ³ <https://www.statista.com/statistics/528444/reading-drag-ging-genetic-overview>
- ⁴ Lewis, M.A., Gaidalo, H., Blayney, J. A., Loshuttes, T. W., y Kilmer, J. B. (2011). Predictors of hooking up sexual behavior and emotional reactions among U.S. college students. Archives of Sexual Behavior.
- ⁵ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4397976/>
- ⁶ Coleman, E., Raymond, N., Wilkins, A. (2003). Assessment and treatment of compulsive sexual behavior. Minn Med. 86:42-7. AND Characteristics of 36 Subjects Reporting Compulsive Sexual Behavior Donald W. Black, M.D., Laura L.D. Kiehlberg, M.D., Denise L. Plumerfelt, M.D., y Steven S. Schlosser, M.A.T. <http://66.199.228.237/boundary/SA/characteristics.pdf>
- ⁷ Fong, T. (2006). Understanding and Managing Compulsive Sexual Behaviors. Psychiatry (Edgmont), Nov; 3(11): 51-58. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2945841/>
- ⁸ Weintraub, D., Potenza, M.J. Impulse control disorders in Parkinson's disease. Can Neurol Neurosci Rep. 2006;3:302-6.
- ⁹ Carnes, P. (1998). The obsessive shadow: Profiles in sexual addiction. Professional Counselor, 13(10), 15-17, 40-41.
- ¹⁰ Raymond, N. C., Coleman, E. & Miner, M. H. (2003). Psychiatric comorbidity and compulsive/impulsive traits in compulsive sexual behavior. Comprehensive Psychiatry, 44(5), 370-380.
- ¹¹ Kazdin, R. C., Sogors, G. & Walkers, E. E. (1999). Prevalence of and risk factors for lifetime suicide attempts in the National Comorbidity Survey. JAMA Psychiatry, 56(7), 617-626.
- ¹² Kafka, M. P. (2010). Hypersexual disorder: A proposed diagnosis for DSM-V. Archives of Sexual Behavior, 39(2), 377-400.

¿CÓMO SE TRATA LA CONDUCTA SEXUAL COMPULSIVA?



Algunos profesionales clasifican las conductas sexuales compulsivas como un trastorno obsesivo compulsivo, si bien otros las clasifican como un trastorno del control de impulsos o una adicción. Como los patrones y características sexuales compulsivas varían de una persona a otra, no existe un tratamiento específico para la conducta sexual compulsiva.¹⁵



Los grupos de apoyo organizados en función de programas de 12 pasos son útiles para manejar conductas sexuales compulsivas. Adictos Sexuales Anónimos (Sex Addicts Anonymous, en inglés. saa-recovery.org) y Sexaholics Anonymous (sa.org) son algunos grupos de apoyo que ofrecen reuniones en Estados Unidos.



La terapia cognitiva conductual (CBT, según sus siglas en inglés) y la psicoterapia psicodinámica son las dos formas más comunes de terapia que se utilizan para tratar conductas sexuales compulsivas. La terapia puede organizarse en sesiones individuales, grupales o con la pareja de la persona.



Los medicamentos tales como antidepresivos, estabilizadores del humor y tratamientos dirigidos a las hormonas pueden usarse además de la terapia para manejar pensamientos o necesidades sexuales no deseadas o intrusivas.

SI NECESITA AYUDA



Realice una prueba en mhascreening.org para determinar si experimenta signos de una enfermedad mental subyacente. Use los resultados para conversar con su proveedor de atención médica.



Busque tratamiento especializado. Puede encontrar proveedores de tratamiento usando el Localizador de tratamientos de SAMHSA en línea en findtreatment.samhsa.gov o puede llamar a la Línea de derivación de tratamiento de SAMHSA las 24 horas, 7 días a la semana, al 1-800-622-HELP (4357).