



SEXUALIDAD FEMENINA Y CÁNCER. RECOMENDACIONES

- La conducta sexual se basa en factores biológicos, psicológicos y culturales. Encontramos problemas sexuales que pueden originarse a partir de una combinación de estos factores. Los problemas de pareja influyen en la sexualidad, del mismo modo que los problemas de sexualidad influyen en la pareja.
- No dude en consultar a su médico para resolver cualquier duda acerca de los cambios percibidos en su vida sexual tras su proceso oncológico, que disminuyan su calidad de vida.
- Hay tratamientos eficaces basados en educación sanitaria y sexual, en aspectos psicológicos y otros en fármacos.
- Reinventar la sexualidad. Aumentar el tiempo que se dedica a la estimulación previa, disfrutando de la intimidad de la pareja, o en solitario, no centrarse en el coito vaginal ni en la búsqueda del orgasmo, en casos de dificultad esto mismo supone un aumento del estrés en una situación que debe de ser placentera.
- Las dificultades generadas por la presencia de cicatrices u ostomías pueden ser solventadas, o aliviadas, mediante la exploración de posturas alternativas que diluyan la ansiedad ante la propia imagen o el impacto para la pareja.