

El estrés, principal causa de los trastornos de índole sexual en hombres con puestos de responsabilidad

Un estudio realizado por el Instituto de Medicina Sexual y el centro Nascia destaca la estrecha y directa relación que existe entre la salud sexual y los estados de estrés y ansiedad.

Madrid 7 de noviembre de 2012.- El Instituto de Medicina Sexual y el centro Nascia señalan en un estudio realizado conjuntamente, la estrecha y directa relación que existe entre la salud sexual y los estados de estrés y ansiedad.

Según el estudio, la acumulación de preocupaciones, los trastornos del sueño, los pensamientos negativos, la ansiedad y la excesiva auto-exigencia, son algunas de las consecuencias del estado de activación constante en que vivimos y que en muchas ocasiones producen además trastornos que merman la capacidad del individuo para disfrutar de una actividad sexual satisfactoria.

Según el doctor Mariano Rosselló, director del Instituto de Medicina Sexual, el porcentaje de clientes que han referido trastornos sexuales con un claro componente de ansiedad o estrés está aumentando en los últimos años. El estudio realizado escogió una muestra de pacientes que acudieron a consulta entre enero y julio de 2012; de ellos un 60% obtuvieron índices de “depresión moderada o depresión severa” según el baremo de cuestionario BEC K y un 35% un nivel medio-alto de ansiedad, según el baremo STAI. Estos cuestionarios están dirigidos a detectar el nivel de rasgos depresivos y de ansiedad en el paciente que acude a consulta.

El perfil medio de estos pacientes es hombre, de entre 35 y 55 años, con puestos de responsabilidad profesional medio-alto y con hijos. El individuo se siente abrumado por la presión laboral, que unida a las demandas familiares, reporta una dificultad para sentir deseo sexual y problemas para llevar cabo una relación sexual completa.

“Los afectados acuden a la consulta por un problema de falta de deseo o de disfunción eréctil y, de forma cada vez más frecuente, detectamos mediante la elaboración de una detallada historia clínica y los cuestionarios mencionados anteriormente, un claro factor psicológico (estrés, ansiedad o depresión) cuya influencia sobre la salud sexual es evidente. Por ello, contamos con un equipo multidisciplinar para tratar este tipo de pacientes”, señala el experto.

Si bien es lógico pensar que una situación de estrés sostenido en el tiempo desencadenará dificultades de índole sexual, no debe ser una razón para resignarse. Según las conclusiones del estudio, prescindir de una salud sexual satisfactoria puede tener efectos nefastos en las relaciones de pareja, e incluso, trasladarse al resto de relaciones sociales. Las terapias encaminadas a paliar estos síntomas deben fomentar la capacidad del paciente para gestionar el estrés del día a día y, para ello, es necesario ponerse en manos de expertos que muestren formas de hacerlo y proporcionen herramientas a tal fin.

Un tratamiento conjunto con técnicas de biofeedback, que facilitan el autocontrol ante situaciones de estrés, unido al asesoramiento sexológico del Instituto de Medicina Sexual, pueden ayudar a recuperar un alto nivel de satisfacción en la

vida de los pacientes.

Pablo Muñoz Gacto, director del centro Nascia, especializado en tratamientos contra el estrés y la ansiedad, indica el aumento de casos de estrés en general, incluso con un porcentaje creciente entre niños y adolescentes. “No existe un perfil tipo de cliente. Cada vez percibimos una mayor concienciación sobre los efectos perjudiciales del estrés, y conocemos más sobre los cambios fisiológicos que provoca en nuestro organismo, por lo que nuestros clientes acuden al centro para aprender técnicas que les permitan un mayor grado de autocontrol de manera práctica y objetiva”.

Los tratamientos que se imparten van asociados a una pauta compuesta de “dieta/ejercicio/descanso”, por lo que una buena terapia que ayude a eliminar los síntomas de estrés siempre son aconsejados e incluso, están empezando a ser más demandados por no tener implicaciones farmacológicas.

Para un mejor conocimiento del método Nascia, te invitamos a una sesión personal informativa en nuestro centro de Madrid (Paseo de la Castellana, 131, bajo C) y también puedes consultarlo en www.nascia.com.

Para más información:

Belén Gómez

Tel.: 650822818

E-mail: belen.gomezr@telefonica.net
