

Efectos secundarios de índole sexual

Los cambios en la vida sexual de un hombre son comunes y pueden ser controlados.

El cáncer de próstata y su tratamiento suelen generar cambios en la vida sexual de un hombre, especialmente en el deseo sexual y la capacidad de lograr la erección. Aún sin cáncer de próstata, el hecho de envejecer y tener problemas de salud puede producir cambios. El cáncer de próstata y su tratamiento pueden aumentarlos. La buena noticia es que usted y su pareja pueden seguir disfrutando de tener relaciones sexuales.



¿Qué cambios son más comunes y por qué se producen?

Cambios en el deseo sexual.

Hay muchos motivos por los que su interés por el sexo puede estar cambiando.

- Sus sentimientos respecto de padecer cáncer y las preocupaciones sobre los efectos secundarios pueden hacerle perder interés en el sexo.
- Es común que los hombres y sus parejas se sientan preocupados, tristes o cansados incluso antes de que empiece el tratamiento contra el cáncer. Eso hace que sea difícil pensar en tener sexo y sentir placer. Con el tiempo, es probable que su interés en el sexo regrese, en especial a medida que empieza a tranquilizarse respecto a la enfermedad.
- Los tratamientos para el cáncer, como la quimioterapia, la radiación, la terapia hormonal y la medicación (por ejemplo, para el dolor, las náuseas o la depresión) también pueden disminuir el deseo sexual.

Las terapias hormonales reducen los niveles de testosterona, y eso ocasiona una disminución de libido (deseo sexual). Si su terapia hormonal es

temporal, seguramente recuperará el deseo sexual. Sin embargo, si pasa a ser el método que usted y su médico deciden utilizar para controlar su cáncer de próstata de forma permanente, es probable que su libido se mantenga muy bajo.

Cambios en la erección.

El cáncer de próstata puede alterar la capacidad de un hombre de lograr o mantener una erección. El tratamiento puede causar daños a los nervios o a los vasos sanguíneos, previniendo que la sangre fluya al pene para ponerlo rígido.

- *Tras una cirugía de próstata*, las erecciones suelen ser débiles durante los primeros meses. En el transcurso de un año o dos, pueden mejorar si no se han eliminado los nervios cercanos a la próstata. Las erecciones regresan con mayor facilidad si un hombre tiene menos de 65 años en el momento de la cirugía y si antes de esta sus erecciones eran lo suficientemente firmes como para lograr la penetración. Los hombres también se dan

Efectos secundarios de índole sexual

cuenta de que su pene queda un poco más corto. Esa reducción del pene puede ser revertida mediante un procedimiento de “rehabilitación del pene” (vea más abajo).

- *Tras un tratamiento con radiación*, la firmeza de las erecciones disminuye gradualmente. Esa disminución puede desarrollarse incluso años después del tratamiento.
- *Después de tratamiento con hormonas*, la pérdida de testosterona causa problemas de erección. Las erecciones duran menos tiempo, y los genitales pueden encogerse un poco. Al igual que después de una cirugía, los hombres pueden intentar recuperar el largo del pene sometiéndose a una rehabilitación del pene. Los cambios causados por el tratamiento pueden desaparecer pocos meses después de haber terminado, a menos que haya durado mucho tiempo, por ejemplo, varios años.

Cambios en los orgasmos.

- *Después de una cirugía de próstata*, los hombres experimentan “orgasmos secos”, o sea, llegan al clímax sin eyaculación. Aún pueden sentir el placer del orgasmo, pero liberan poco o nada de fluido (semen). Eso sucede porque la glándula prostática ya no produce el líquido que se mezcla con el esperma. Algunos hombres extrañan tener una eyaculación porque esta era parte de su experiencia de placer. Es normal que tengan sentimientos de pérdida y tristeza.
- *Después de la radiación*, los hombres eyaculan cada vez menos cantidad de semen. El motivo es que la radiación afecta la capacidad de la próstata de producir semen.
- *Después de un tratamiento hormonal*, el hombre puede tener dificultades para alcanzar el orgasmo. Eso se debe a la pérdida de testosterona que da la energía que impulsa la excitación sexual. No obstante,

algunos hombres mantienen la capacidad de experimentar el orgasmo. Cuando este se produce, se liberan cantidades más pequeñas de semen.

- Durante un año o más después de una cirugía, se observan *fugas de orina durante el orgasmo*, incluso cuando la vejiga está bajo control. Los pequeños chorros de orina que caen en el cuerpo de la pareja son estériles y no la expone a riesgo de infección.



¿Cómo enfrentan los hombres y sus parejas los cambios y las preocupaciones de índole sexual?

Aquí ofrecemos algunos consejos para enfrentar los cambios de índole sexual. Incluso si usted es soltero, puede llegar a tener una relación y estos consejos pueden serle útiles. Tenga en cuenta que el cáncer de próstata no puede transmitirse a su pareja. Su pareja no puede “contagiarse” al tener relaciones sexuales, besarse o tener algún otro contacto íntimo con usted.

Efectos secundarios de índole sexual

- *Sea franco y honesto con su pareja.* No es fácil hablar sobre sus inquietudes sexuales, pero compartir sus sentimientos y necesidades facilitará las cosas para ambos. Aliente a su pareja a leer esta información y a hablar con usted al respecto.
- *Planifique las actividades sexuales para los momentos en que se siente bien descansado.* Vacíe la vejiga antes de tener relaciones sexuales. Si le preocupa derramar orina, utilice un condón. No se apresure.
- *Esté abierto a probar nuevas formas de mantenerse unidos y compartir la intimidad.* Muchas parejas tienen intimidad sexual y sienten placer sin llegar al coito. Abrazarse, besarse, hacerse caricias y agarrarse de las manos pueden ayudarlos a mantenerse unidos. Recostarse uno junto al otro, teniendo contacto piel con piel, puede ser un acto íntimo y amoroso.
- *Sea creativo para buscar maneras que se adapten a usted y a su pareja.*
 - Las caricias con las manos, los labios o la lengua pueden ser muy placenteras.
 - Ambos pueden llegar al orgasmo acariciando al otro o dándole sexo oral.
 - Los vibradores pueden aumentar el placer para ambos. Estos aumentan el flujo sanguíneo, lo que es saludable para las partes del cuerpo involucradas en el sexo. Puede comprarlos en sitios web de buena reputación que no venderán su nombre a listas de correo electrónico.
- *La masturbación es una buena fuente de placer cuando su pareja no está disponible.* La estimulación sexual frecuente permite que la sangre fluya al pene, lo cual contribuye a recuperar la función sexual. La estimulación sexual favorece el mantenimiento de la sexualidad como una función del organismo.
- *Hable con su equipo de atención de salud sobre todos los medicamentos que toma.*

Algunos medicamentos, incluso los de venta libre, pueden causar problemas de erección.

Cómo tratar los problemas de erección

Hable con su médico. Si se sometió a una cirugía de próstata, pídale a su médico que le hable sobre la rehabilitación del pene. Ese tratamiento constituye la mejor oportunidad de volver a tener erecciones firmes luego de la cirugía. La rehabilitación puede incluir el uso de píldoras, supositorios en la uretra, inyecciones y dispositivos mecánicos para estimular el flujo sanguíneo. La rehabilitación del pene también ayuda a estirar el pene para que pueda recuperar su longitud.

Si tiene problemas de erección, pregúntele a su médico si los siguientes tratamientos pueden ser eficaces para usted. Todos deben ser recetados y todos tienen algún efecto secundario. Algunos no se pueden usar si usted está tomando ciertos medicamentos para el corazón.

La mayoría de los tratamientos para los problemas de erección implican algunas molestias. Contar con el apoyo de su pareja (si la tiene) y mantener expectativas razonables lo ayudará. Un objetivo realista es tener erecciones lo suficientemente firmes como para lograr la penetración.

Tratamiento- Medicamentos administrados por vía oral

Existen 5 píldoras comunes para los problemas de erección:

- Viagra (nombre genérico: citrato de sildenafil)
- Cialis (tadalafilo)
- Levitra (vardenafilo)
- Stendra (avanafil)
- Revatio (Viagra genérico)

Efectos secundarios de índole sexual

Todos estos lo ayudarán a lograr la erección mediante estimulación sexual, no por sí solos. Funcionan mejor si no se extrajeron los nervios en la cirugía, o si usted tiene erecciones parciales y solo necesita más firmeza.

Tratamiento - Medicamentos aplicados en el pene

- MUSE (nombre genérico: alprostadil) es un supositorio que se inserta en la abertura del pene. El supositorio se disuelve y el fármaco es absorbido. Si funciona, la erección comenzará dentro de un lapso de 8 a 10 minutos y durará entre 30 y 60 minutos.
- Caverject (nombre genérico: alprostadil) es el mismo fármaco que MUSE, pero se inyecta en la base del pene. Las agujas son muy pequeñas y causan muy poco dolor.
- Bimix (papaverina + fentolamina) y Trimix (nombre genérico: papaverina + fentolamina + alprostadil) también son medicamentos inyectables, por lo general elaborados en farmacias de preparaciones magistrales.

Luego de inyectarlos, la erección dura entre 40 y 60 minutos. Ambos tratamientos deben ser probados en una clínica con un médico o enfermera para encontrar la dosis apropiada para usted.

Tratamiento -Dispositivo de erección al vacío

Se trata de un dispositivo utilizado para hacer fluir la sangre al pene a fin de generar la erección. Funciona de la siguiente manera:

1. Se introduce el pene flácido en un tubo plástico conectado a una bomba.
2. La bomba hace un efecto de vacío que atrae sangre hacia el pene.
3. Se coloca un anillo en la base del pene para impedir la salida de la sangre.
4. El anillo se extrae entre 30 y 40 minutos después para permitir que fluya la sangre.

Algunos hombres sienten que el dispositivo de erección al vacío interfiere con el juego previo de estimulación sexual. El aspecto positivo es que el aparato produce una erección firme en casi todos los hombres con la menor cantidad de efectos secundarios. Algunos hombres, no todos, podrán tener un orgasmo utilizando este dispositivo.

Tratamiento -Implantes en el pene

Un implante en el pene implica la colocación de un par de cilindros en el pene mediante una cirugía. Los implantes se inflan con agua para crear una erección artificial. Este tipo de cirugía elimina de forma permanente el tejido dentro del pene y perjudica la capacidad natural de tener erecciones. La recuperación del procedimiento lleva alrededor de 6 semanas.

La mayoría de los hombres prefieren probar otros tratamientos antes de considerar esta opción. Los hombres que tienen implantes pueden llegar al orgasmo. Los implantes en el pene también ayudan a tener sexo de forma más espontánea.

Si usted desea considerar este tratamiento, hable con su médico sobre los diferentes modelos de implantes.



Efectos secundarios de índole sexual

Los profesionales de la salud ayudan a los hombres y a sus parejas a disipar inquietudes sexuales todos los días. Una vez que haya identificado a su equipo de atención de salud, contacte a sus proveedores de salud en las siguientes situaciones:

- Tiene dudas o inquietudes sobre su funcionamiento sexual. Un referido a un terapeuta sexual certificado puede ser beneficioso para usted y su pareja. Para buscar un terapeuta sexual en su localidad, visite el sitio web de [American Association of](#)

[Certified Sexuality Educators, Counselors and Therapists](#) (Asociación estadounidense de educadores, consejeros y terapeutas sexuales).

- Desea probar un tratamiento diferente para los problemas de erección.
- Su tratamiento no le resulta satisfactorio a usted o a su pareja.

Aunque los hombres y sus parejas pueden experimentar cambios en su vida sexual luego del tratamiento del cáncer de próstata, hay formas de que sigan disfrutando del sexo y teniendo una relación íntima.

Esta información fue desarrollada bajo la orientación del Comité de Acción contra el Cáncer de Próstata de Michigan Cancer Consortium. Sus esfuerzos fueron apoyados en parte por el patrocinio financiero del Acuerdo de Colaboración 5NU58DP003921 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Centers for Disease Control and Prevention. El contenido de esta publicación no representa necesariamente la visión oficial de los CDC.

Esta guía contiene información general y no debe reemplazar la consulta con su médico o enfermero.

Revisado en septiembre de 2016

