

El sexo y la sexualidad durante el tratamiento del cáncer

EL CUERPO FEMENINO





SU SALUD SEXUALAL: lo que necesita saber

La sexualidad es una parte importante de su salud y bienestar. Su sexualidad se ve afectada por la salud de sus órganos sexuales, su bienestar general y su imagen corporal. Todo ello puede verse afectado por los efectos secundarios físicos del cáncer y los tratamientos oncológicos. Estos efectos secundarios también pueden causar estrés emocional y mental, lo que puede afectar a su deseo sexual. Los cambios en los niveles hormonales o los daños en los nervios provocados por el cáncer y su tratamiento pueden cambiar el funcionamiento de una parte del cuerpo. Otros efectos secundarios, como la fatiga, las náuseas, los problemas intestinales o de la vejiga, o los problemas de la piel, pueden sumarse a los problemas de bienestar sexual. Para algunos, la función sexual volverá a ser normal o casi normal una vez que se haya terminado el tratamiento. Sin embargo, algunos efectos secundarios pueden ser duraderos o de por vida. Una parte importante de la curación es aprender a afrontar estos cambios y encontrar nuevas formas de abordar y mantener el bienestar sexual durante y después del tratamiento del cáncer.



Índice

CIRUGÍA.....	4
Histerectomía radical.....	4
Histerectomía.....	4
Cistectomía radical	5
Urostomía	5
Resección abdominoperineal (APR)	5
Vulvectomía	6
Exenteración pélvica.....	6
Cirugías de cáncer de mama.....	7
RADIACIÓN	8
Radiación pélvica.....	8
QUIMIOTERAPIA	9
Embarazo	9
Infertilidad	9
Menopausia	10
Infecciones por hongos10 Herpes genital y verrugas.....	10
Deseo sexual	10
TERAPIA HORMONAL	11
MANAGING CHANGES IN SEXUAL HEALTH	11
Body image	12
Depression and anxiety	13
LGBTQ+	13



CIRUGÍA

Ciertas cirugías de cáncer pueden cambiar el funcionamiento o la respuesta de los órganos sexuales femeninos. Estas cirugías incluyen las siguientes:

Histerectomía Radical

Esta cirugía suele realizarse como tratamiento de los cánceres uterino o de endometrio. Se extirpa el útero, los ligamentos (fibras de tejido) que lo mantienen en su sitio, el cuello uterino y entre 2 y 3 centímetros de la vagina. Los ovarios pueden ser extirpados o no.

Efectos secundarios

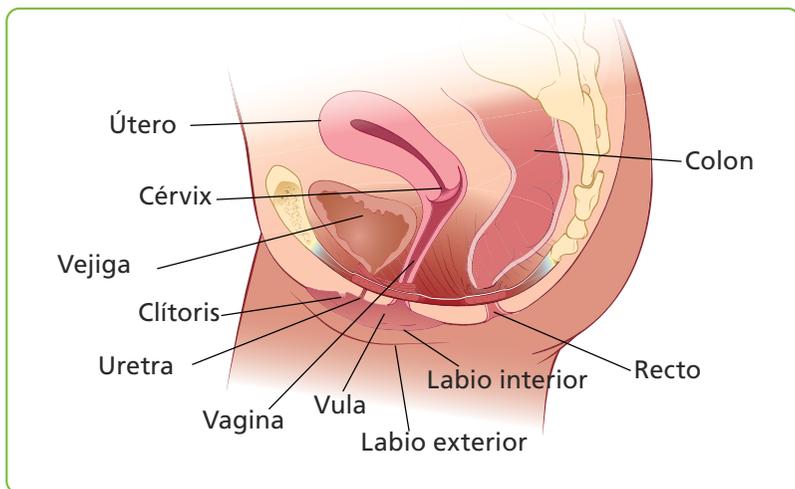
- Puede tener problemas de vejiga temporales o a largo plazo. Puede tener dificultades para vaciar la vejiga.
- El adormecimiento de la zona genital es común. Esto puede afectar a la función sexual femenina.
- Puede tener dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.

Histerectomía

Esta cirugía suele realizarse como tratamiento del cáncer uterino. Es similar a una histerectomía radical, pero se eliminan menos tejido. Los ovarios pueden ser extirpados o no.

Efectos secundarios

- Los mismos efectos secundarios que la histerectomía radical (arriba).



Cistectomía radical

Esta cirugía suele realizarse como tratamiento de los cánceres de vejiga. Se extirpa la vejiga, el útero, los ovarios, las trompas de Falopio, el cuello uterino, la pared anterior de la vagina y la uretra.

Efectos secundarios

- A menudo provoca dificultades en la penetración porque se elimina la mitad de la vagina. Se puede utilizar un injerto de piel para reconstruir la vagina.
- El orgasmo es posible para algunas personas. Otras pueden tener una capacidad limitada o nula para llegar al orgasmo.
- Hable con su cirujano sobre la posibilidad de preservar los haces de nervios que recorren cada lado de la vagina y si es posible preservar la uretra.

Urostomía

Esta cirugía crea una abertura en el abdomen (vientre) para que la orina pueda salir del cuerpo. Es necesaria para los pacientes que se han sometido a una cistectomía radical con extirpación de la vejiga. **La neovejiga** es una intervención quirúrgica que, en algunos pacientes, puede crear una nueva vejiga a partir de un trozo de intestino, lo que permite que la orina salga por la uretra.

Resección abdominoperineal (APR)

En esta cirugía se extirpa el colon y el recto en pacientes con cáncer de colon. **Colostomía** es una cirugía que crea una abertura (estoma) en el abdomen para que las heces (popó) puedan salir del cuerpo. Una colostomía es necesaria para los pacientes que han sido operados de APR.

Vulvectomía

Esta cirugía elimina la vulva.

- **Parcial simple:** se extirpa sólo el cáncer y el borde circundante de tejido sano.
- **Vulvectomía simple:** se extirpa toda la vulva y el tejido bajo la piel.
- **Radical modificada:** se extirpa el cáncer y el borde del tejido normal, así como algunos ganglios linfáticos de la ingle. Puede ser necesario extirpar el clítoris si el cáncer está en él o cerca de él.
- **Vulvectomía radical:** es una cirugía más extensa y rara vez se realiza. Se extirpa la vulva y el tejido profundo, incluidos los labios internos y externos, el clítoris y los ganglios linfáticos.

Efectos secundarios

- Es común tener sensibilidad y sensibilidad en la zona. Es posible que tenga que llevar ropa holgada o acolchada alrededor de la entrada de la vagina.
- Puede ser necesario un roce suave durante la intimidad sexual. La lubricación puede reducir la irritación dolorosa durante la intimidad sexual.
- Los humectantes vaginales pueden ayudar a promover la comodidad.
- Los dilatadores vaginales pueden ayudar a estirar la zona quirúrgica y reducir el tejido cicatricial. Hable con su cirujano antes de utilizar un dilatador. Primero tiene que estar completamente curado de la cirugía.
- Dependiendo de la cirugía que se haya realizado, el orgasmo puede ser difícil de alcanzar, especialmente para aquellas personas a las que se les ha extirpado el clítoris y la parte inferior de la vagina. Un terapeuta del suelo pélvico puede ayudarte a aprender a sobrellevar la situación y a buscar otras formas de alcanzar el orgasmo.

Exenteración pélvica

Esta cirugía es la cirugía pélvica más extensa y compleja. Suele realizarse para tratar una reaparición del cáncer de cuello de útero o de recto. En esta cirugía se eliminan el útero, el cuello uterino, los ovarios, las trompas de Falopio y la vagina. **La exenteración pélvica total** es cuando se extirpan también la vejiga, la uretra y el recto. Esto requiere cirugías de urostomía y ostomía para eliminar los residuos del cuerpo.

Efectos secundarios

- La reconstrucción vaginal es posible con injertos de músculo y piel. Las vaginas reconstruidas no tienen la capacidad de autolimpiarse como la vagina natural. Hable con su proveedor sobre la frecuencia y el tipo de programa de limpieza que puede utilizar.
- Después de la reconstrucción vaginal, al principio la penetración puede ser dolorosa.



- Tras la cirugía, muchos pacientes experimentan un linfedema.

Cirugías de cáncer de mama

Esta cirugía se realiza para extirpar el cáncer en la(s) mama(s).

- **Mastectomía** : se extirpa la totalidad de la mama. Mastectomía doble (o bilateral): se extirpan ambas mamas.
- **Mastectomía simple (o total)**: se extirpa toda la mama, incluido el pezón, la areola, la fascia (cubierta) del pectoral mayor (el principal músculo del pecho), y la piel. También se pueden extirpar los ganglios linfáticos.
- **Mastectomía radical modificada**: combina la mastectomía simple con la extirpación de los ganglios linfáticos de la axila (nodos linfáticos)
- **Mastectomía radical**: cirugía extensa que rara vez se realiza. Se extirpa toda la mama, los ganglios linfáticos axilares y los músculos pectorales bajo la mama.
- **Mastectomía con preservación de la piel**: se extirpa el tejido mamario, el pezón y la areola, pero se deja la piel sobre la mama. Este tipo de mastectomía no es apropiado para todos los tipos de cáncer.
- **Mastectomía con preservación del pezón**: se extirpa el tejido mamario pero se deja el pezón y la areola en su sitio. Puede experimentar la pérdida de sensibilidad de la mama y la pérdida de reactividad del pezón.
- **Lumpectomía**: extirpación del cáncer sólo en el tejido mamario. Deja el pecho intacto.

Efectos secundarios

- La terapia hormonal puede ser necesaria después de la cirugía mamaria, afectando a la salud sexual.
- La pérdida de la(s) mama(s) puede repercutir en la salud sexual debido a problemas de imagen corporal o al dolor y la sensibilidad del tejido mamario o de la zona quirúrgica.



RADIACIÓN

La radioterapia puede ser necesaria para ciertos tipos de cáncer. La radiación puede afectar a su salud sexual si recibe radioterapia en la zona pélvica.

Radiación pélvica

Durante el tratamiento, puede experimentar:

- Tejido irritado (rosa, hinchado, parece una quemadura de sol).
- Daños en el tejido vaginal. Esto puede provocar un ligero sangrado después de las relaciones sexuales.
- Úlceras en el tejido vaginal (posible, pero poco frecuente).

Después del tratamiento, puede tener irritación y daños. Esto se curará con el tiempo una vez finalizado el tratamiento.

Efectos tardíos y a largo plazo de la radiación pélvica

- Los ovarios pueden dejar de funcionar si se administran grandes dosis de radiación. En las mujeres más jóvenes, la función ovárica y la menstruación pueden regresar. Otras mujeres pueden experimentar una menopausia permanente. La menopausia puede provocar sequedad vaginal y sofocos.
- La infertilidad es posible a cualquier edad y en cualquier dosis. La preservación de la fertilidad puede ser necesaria si está en edad de tener hijos. Puede ser necesario preservar la fertilidad antes del tratamiento.
- Algunos ejercicios y terapias pueden ayudar a reducir o suavizar el tejido cicatricial que puede acompañar a la radiación.
- Los dilatadores vaginales pueden ser útiles para reducir las cicatrices vaginales y el dolor durante las relaciones sexuales. Hable con su proveedor si esto es recomendable para usted.

QUIMIOTERAPIA

La quimioterapia es necesaria para ciertos tipos de cáncer. Se administra por vía intravenosa (IV), en forma de píldora (por vía oral) o de otras maneras. La quimioterapia puede afectar a los órganos sexuales o a los niveles hormonales.

El cáncer de vejiga puede requerir que se instilen (pongan) medicamentos de quimioterapia en la vejiga a través de un catéter. La medicación instilada puede irritar la vejiga y la uretra durante las relaciones sexuales.

Las infusiones intraperitoneales son una forma de administrar quimioterapia en el abdomen. Esto puede hacer que el abdomen se hinche, haciendo que las relaciones sexuales sean dolorosas o incómodas.

Embarazo

- La quimioterapia puede causar daños al feto. Hable con su proveedor si está embarazada o se queda embarazada durante sus tratamientos de quimioterapia.
- Se le puede aconsejar que evite el embarazo en los 6 meses siguientes a la realización de determinados tratamientos.
- Se recomienda el control de la natalidad durante la quimioterapia.
- Pueden recomendarse precauciones de barrera durante la quimioterapia.

Infertilidad

- Algunas quimioterapias pueden provocar una menopausia precoz y repentina. Hable con su proveedor sobre la preservación de la fertilidad antes de iniciar el tratamiento. Sin embargo, algunas mujeres pueden quedarse embarazadas de forma natural o con tecnologías asistidas después del tratamiento de quimioterapia. Hable con su proveedor si está en edad fértil antes de comenzar cualquier tratamiento. Algunos tratamientos pueden aumentar el riesgo de defectos de nacimiento.



Menopausia

Algunas quimioterapias pueden provocar una menopausia precoz y repentina. Puede tener sofocos, sequedad vaginal, sequedad vaginal y períodos menstruales irregulares o inexistentes. Hable con su proveedor sobre los siguientes tratamientos:

- Hidratantes y lubricantes vaginales para la sequedad vaginal
- Dilatadores vaginales para la estrechez vaginal
- Preservación de la fertilidad

Para algunas mujeres, la menstruación normal (períodos) volverá con el tiempo.

Infecciones por hongos

Las infecciones por hongos son comunes en las mujeres que se someten a tratamientos de quimioterapia. Esto es especialmente cierto si se administran esteroides o antibióticos .

Puede tener un flujo blanco, picor vaginal o de la vulva, o dolor durante las relaciones sexuales.

Tratamiento:

- Utilice ropa holgada y ropa interior de algodón para evitar que la humedad quede atrapada en la zona.
- No utilice duchas vaginales.
- Habla con tu proveedor sobre las cremas o supositorios vaginales.

Herpes genital y verrugas

El herpes genital y las verrugas pueden reaparecer durante la quimioterapia si tiene antecedentes de estas infecciones. Practique el sexo seguro para evitar el contagio a su pareja. Haga esto cada vez que participe en el sexo oral, anal o vaginal.

Deseo sexual

Su deseo de intimidad sexual puede verse afectado por cualquiera de los siguientes efectos secundarios:

- Fatiga
- Llagas en la boca
- Neuropatía (entumecimiento)
- Náuseas
- Disminución del apetito
- Dolor
- Ansiedad
- Depresión

Estos efectos secundarios pueden disminuir entre las infusiones de quimioterapia y desaparecer por completo una vez finalizada la quimioterapia.

Los cambios físicos, como la pérdida de cabello, los cambios de peso, los cambios en la piel y la extirpación de los órganos sexuales, pueden contribuir a una mala imagen corporal, disminuyendo su deseo sexual.

TERAPIA HORMONAL

La terapia hormonal bloquea ciertas hormonas que ayudan al crecimiento del cáncer. Estos tratamientos pueden ser necesarios para ciertos tipos de cáncer de mama y de endometrio. El deseo y la función sexual se ven afectados por las hormonas, por lo que el bloqueo de estas hormonas puede afectar negativamente a la salud sexual. Los efectos secundarios pueden ser:

- Sofocos
- Cambios en el ciclo menstrual
- Sequedad vaginal
- Infertilidad
- Disminución de la libido (deseo)

GESTIÓN DE LOS CAMBIOS EN LA SALUD SEXUAL

Aunque el cáncer y el tratamiento del cáncer pueden afectar a su salud sexual, hay muchas formas de gestionar los problemas sexuales. Hablar con el médico sobre la salud sexual antes, durante y después del tratamiento es una buena manera de empezar. Incluya a su pareja en la conversación.

Vea algunas opciones a continuación para manejar efectos secundarios específicos:

Menopausia

- Píldora o parche de estrógeno o progesterona

Sequedad vaginal

- Lubricantes o humectantes vaginales

Atrofia vaginal

- Estrógenos vaginales

Dolor durante el sexo

- Lubricantes

Libido bajo

- Medicamento
- Remisión a un terapeuta sexual
- Imagen corporal

Remisión a un especialista en suelo pélvico

- Dilatadores vaginales
- Rehabilitación del suelo pélvico

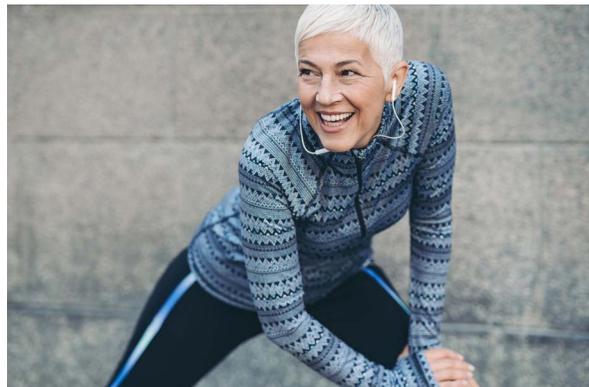




Imagen corporal

Aunque su cuerpo puede cambiar, hay cosas que te ayudarán a minimizar el impacto en la forma en que se ve a sí misma. Acudir a un terapeuta sexual o a otro profesional de la salud mental puede ayudar.

Cáncer de mama

- Cirugía conservadora de la mama.
- Reconstrucción mamaria.

Urostomía, colostomía o ileostomía

- Asegure el aparato. Sellar y vaciar la bolsa antes de las relaciones sexuales.
- Terapeuta sexual o terapia general.

Traqueotomía o laringectomía

- Cúbrase con una bufanda, un collar o un cuello alto.
- Reduzca los olores del estoma evitando el ajo o los alimentos picantes y usando perfume.
- Hable del sexo antes del sexo, ya que hablar durante el mismo puede ser difícil.

Cánceres de cabeza y cuello

- Estos cánceres pueden requerir la extirpación de ciertas partes de la cara, como la mandíbula, el paladar o la lengua.
- La reconstrucción facial puede ser posible.
- Hay prótesis disponibles para aquellos que no pueden operarse.

Amputación de extremidades

- Existen prótesis de extremidades (miembros artificiales). Pueden ayudar a la posición durante el sexo y facilitar el movimiento.

Pérdida de cabello

- Las terapias de conservación del cabello pueden reducir su caída.
- Pelucas y coberturas para la cabeza.

Depresión y ansiedad

- Los medicamentos, el asesoramiento y la terapia sexual pueden minimizar el impacto de la ansiedad y la depresión.
- Hable con su pareja sobre sus preocupaciones respecto a la actividad sexual.

La actividad sexual y la intimidad siguen siendo posibles durante y después del cáncer.

- Trabaje con su pareja para explorar posiciones que causen menos dolor.
- Realice juegos preliminares y de fantasía, o utilice juguetes sexuales para mejorar la experiencia.
- Hable con un terapeuta sexual para explorar formas de mantener la plenitud sexual, o visite este sitio web para explorar ideas:

[Manejo de los problemas sexuales femeninos relacionados con el cáncer, American Cancer Society](http://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/fertility-and-sexual-side-effects/sexuality-for-women-with-cancer/problems.html)

www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/fertility-and-sexual-side-effects/sexuality-for-women-with-cancer/problems.html



LGBTQ+

Puede ser necesario que tome medidas adicionales. Hable con su proveedor de atención médica sobre su orientación sexual, su identidad de género, su género de nacimiento, los procedimientos que le han hecho para corregir su género o cualquier tratamiento hormonal, tanto en el pasado como en el presente. Ciertas hormonas pueden influir en los tratamientos contra el cáncer y deben ser tenidas en cuenta por su equipo de atención al cáncer.



Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2022 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Por favor, consulte a su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta o duda. Patient and Provider Publications ONC049S-10/22 (Spanish translation 10/22 by CommGap)