

### La sexualidad en la Fibromialgia

Cuando realizamos este trabajo, los estudios sobre la problemática sexual en pacientes con fibromialgia eran prácticamente inexistentes en España y muy escasos a nivel internacional. Sin embargo, nuestra experiencia en la consulta era que existían importantes dificultades en este tema, aunque los pacientes no lo comentaban a los profesionales sanitarios por diferentes causas.

(...) Queríamos saber con qué frecuencia aparecían los problemas sexuales en los pacientes con fibromialgia, en qué consistían exactamente, a qué personas les pasaba, qué impacto tenía este tema en la vida del paciente y en su relación de pareja y, finalmente, si estas cuestiones se comentaban o no a los médicos y por qué. Por ello, seleccionamos una muestra de 25 mujeres diagnosticadas de fibromialgia y atendidas en nuestra consulta de fibromialgia del Hospital Miguel Servet de Zaragoza. (...)

**Los resultados que obtuvimos de las entrevistas individuales y de las sesiones de grupo realizadas fueron las siguientes:**

**1 .- Las relaciones sexuales son escasas e insatisfactorias:** Más del 90% de los pacientes definió así sus relaciones sexuales. Respecto a su frecuencia cuantitativa, la media se encontraba en 1 vez cada dos meses, siendo excepcional el número de pacientes que presentaba una frecuencia superior a 1 coito al mes. Todos ellos confirmaban que la enfermedad había modificado de forma importante sus hábitos sexuales y, aunque la mayoría de ellas se definían como “no muy activas sexualmente” antes de sufrir la enfermedad, consideraban que habían disminuido la frecuencia de las relaciones a menos de un tercio de la actividad sexual previa.

Respecto a las causas que pueden influir en este proceso, los pacientes destacan tres:

**a) El dolor muscular / articular:** La mayoría de ellas describían las dificultades que les produce el dolor, principalmente articular, pero también muscular. Afirmaban la limitación para encontrar la postura adecuada, la necesidad de utilizar múltiples cojines o accesorios que minimicen las molestias durante el coito, y de cómo tenían que acortar su duración y el juego sexual previo forzando el clímax en el menor tiempo posible antes de que apareciera el dolor. También aseguraban que uno de sus pensamientos principales durante el coito es el dolor que van a tener que afrontar durante los días posteriores como consecuencia de los esfuerzos extraordinarios realizados durante el acto sexual, y cómo estos pensamientos los desmotivan a la hora de realizar el acto y disminuían la libido.

**b) El dolor ginecológico:** En nuestra muestra, al menos un tercio de las pacientes, describía como una causa importante del deterioro de las relaciones sexuales, problemas ginecológicos tipo déficit en la lubricación.

**2 .- Este problema no se habla con los médicos:** El 80% de los pacientes confirmaban que nunca habían hablado sobre este tema con ninguno de sus médicos. Las razones que alegan para no hablar son: a) Porque el médico no lo pregunta b) Porque no es importante (dicen que ya se han acostumbrado) o porque piensan que no tiene solución. Cabe destacar que en los grupos de pacientes o en reuniones con otras personas de la asociación de fibromialgia, ocasionalmente sale este tema y se sienten aliviadas al poder comentarlo, porque descubren que es muy frecuente.

**3 .- Relación con la pareja:** Más de la mitad de las pacientes opina que sus maridos tienen una gran paciencia y que no ha alterado sustancialmente la relación afectiva aunque sí, lógicamente, la sexual. En los primeros años, el impacto de la enfermedad sobre la función sexual ha podido producir incomprensión y dificultades pero, con el tiempo, la mayoría de los maridos han mostrado un apoyo importante y las pacientes sienten que la relación conyugal es bastante satisfactoria. Sin embargo, consideran que es mucho mayor la incomprensión en el aspecto físico, es decir, en el reparto de tareas de la casa, ya que las parejas (y sobre todo los hijos jóvenes) no les ayudan tanto y, incluso , les recriminan ocasionalmente que no sean capaces de trabajar tanto como antes.

**4 .- Tipo de afectación sexual:** Cuando las pacientes describen la afectación sexual que les produce la fibromialgia la que relatan más frecuentemente es la disminución del deseo sexual por el miedo a los dolores que van a sufrir durante los días siguientes al coito. Las dificultades en lubricación es el segundo tipo más frecuente, aunque algunas lo atribuyen a la edad premenopáusica, que es cuando muchas veces aparece la enfermedad. Sin embargo, no parecen existir problemas para alcanzar el orgasmo cuando se tienen relaciones sexuales.

En conclusión, la fibromialgia produce una limitación importante en la función sexual de los pacientes debido, principalmente, al importante dolor osteomuscular al que se asocia durante el acto sexual ya la disminución del deseo sexual por el miedo al dolor que va a producir en los días posteriores al coito .(...) La exposición de este tema en los grupos fue liberador para muchas pacientes, porque les hizo tomar conciencia de que su caso no es único, y que esta consecuencia de la fibromialgia es muy frecuente.

**Dr. Javier García Campayo**

Psiquiatra Hospital Miguel Servet y Universidad de Zaragoza

**Fecha:** 2 Diciembre, 2010

**Fuente:** [Revista de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica](#)