

Sexo y tratamiento

Cuando recibe tratamiento para una enfermedad grave, le surgen numerosas preguntas. Algunas serán acerca de cómo cambiará su estilo de vida. Es muy normal tener preguntas acerca del sexo durante el tratamiento, incluso si no es sexualmente activo. Es posible que no se sienta cómodo mencionando el tema del sexo o la masturbación. De todos modos, el personal de St. Jude desea que sepa que ellos están aquí para hablar con usted sobre cualquier cosa que afecte su salud y bienestar, incluido el sexo.

Puede hablar con un miembro de su equipo médico en privado o con una persona que le brinde apoyo (como un padre, amigo, enfermero, especialista infantil o trabajador social). Es su decisión. Los miembros del personal no compartirán sus comentarios con nadie, a no ser que exista una inquietud médica que relacionada con su tratamiento o seguridad personal.

Este manual incluye preguntas comunes que realizan los pacientes acerca del sexo, junto con las respuestas del personal. Consulte con algún miembro de su equipo médico acerca de cualquier pregunta o inquietud que aún tenga sobre el sexo y su plan específico de tratamiento.

¿Cuál debería ser mi nivel de plaquetas si voy a tener actividades sexuales (incluida la masturbación) y por qué?

Las plaquetas son células de la sangre que se unen o “coagulan” para detener el sangrado. Las plaquetas ayudan a curar las lesiones formando hematomas y costras. Algunas enfermedades y tratamientos, como la quimioterapia (quimio) y la radiación, disminuyen el recuento de plaquetas. Cuando el recuento de plaquetas es bajo, su cuerpo tendrá muchas más dificultades para detener o controlar el sangrado. Cuando sus recuentos son bajos, corre el riesgo del provocarse hematomas o sangrado al realizar la mayoría de las actividades sexuales (masturbación, relaciones sexuales: vaginales, anales, orales). Cuando su recuento de plaquetas es normal, el sangrado que ocurre durante la actividad sexual generalmente es pequeño o incluso puede pasar desapercibido. Sin embargo, este sangrado puede ser peligroso si su recuento de plaquetas es bajo. **Es importante esperar a que su recuento de plaquetas sea de al menos 50.000 antes de tener relaciones sexuales o masturbarse.**

¿Cuál debe ser mi nivel de RAN si voy a tener relaciones sexuales y por qué?

RAN significa recuento absoluto de neutrófilos. Un “neutrófilo” es un tipo de glóbulo blanco que funciona como una de las principales protecciones del cuerpo frente a infecciones causadas por bacterias y otros gérmenes. Algunas enfermedades y tratamientos, como la quimioterapia y la radiación, disminuyen el RAN. **Los médicos sugieren que espere a que su RAN sea de 1.000, como mínimo, para tener relaciones sexuales.**

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Sexo y tratamiento

Esto ayudará a que su cuerpo luche contra las infecciones que podrían originarse debido a las relaciones sexuales. Dos infecciones comunes que pueden presentarse después de tener relaciones sexuales son las infecciones provocadas por hongos y las infecciones del tracto urinario. Si se tratan, estos son problemas menores para las personas que gozan de buena salud. Sin embargo, estas infecciones pueden ser más graves para aquellos que tienen un RAN por debajo de 1.000. Si tiene una sonda central para recibir tratamiento, manténgala cubierta con un “vendaje” durante las relaciones sexuales para evitar las infecciones y los posibles tirones. Si le han realizado un trasplante de células madre, hable con su equipo médico para obtener más detalles acerca de su nivel de RAN.

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son siempre un riesgo para cualquier persona que tenga relaciones sexuales sin protección. Su RAN, sin importar el nivel, no le protege de contagiarse de una ETS. Cuando su sistema inmunológico está débil, una ETS es aun más peligrosa para su salud.

Si planea tener relaciones sexuales mientras recibe tratamiento, usted y su pareja deben utilizar algún método de protección de barrera para disminuir el riesgo de embarazo o de contraer una ETS. Recomendamos el uso de condones de látex con espermicida nonoxinol-9.

¿Cuánto debo esperar después de recibir quimioterapia o radiación para tener relaciones sexuales?

Los médicos sugieren que espere al menos 72 horas después de recibir quimioterapia (quimio) para tener actividades sexuales (incluido el sexo vaginal, oral y anal). Este es el plazo de tiempo promedio que necesita la quimio para salir de su sistema. La quimioterapia se aloja en los fluidos corporales. Por lo tanto, tener relaciones sexuales en un plazo de 72 horas después de la quimio podría exponer a su pareja a estas drogas, lo cual podría resultar peligroso para esa persona. Hable con su equipo médico para obtener más detalles acerca de su tratamiento específico.

Existen diferentes tipos de radiación utilizados en St. Jude. Con la radiación de rayos externos, una máquina envía rayos invisibles al lugar del tumor. Para este tipo de radiación, los médicos no han establecido el lapso de tiempo que debería transcurrir entre los tratamientos de radiación y las relaciones sexuales.

La braquiterapia es otro tipo de radioterapia. Durante la cirugía, se colocan pequeños tubos, llamados catéteres, en el lugar del tumor. La radiación se carga en los catéteres durante una estancia de 3 a 5 días en el hospital. No debe tener relaciones sexuales hasta que el médico le quite los catéteres y termine la braquiterapia.

Si todavía tiene preguntas acerca del tipo de radiación que está recibiendo, hable con su equipo médico.

El personal de St. Jude desea que sea consciente de los peligros que puede ocasionar a un feto la radioterapia. Lea la respuesta a la siguiente pregunta si usted es sexualmente activo mientras recibe los tratamientos.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Sexo y tratamiento

¿Me puedo quedar embarazada o provocar un embarazo mientras recibo quimioterapia o radiación?

Sí, pero existen **riesgos graves** si se queda embarazada o provoca el embarazo de su pareja mientras recibe cualquiera de los tratamientos.

- Tanto la quimio como la radiación atacan las células de rápida división del cuerpo que se encuentran enfermas (cómo las células cancerígenas) y sanas (cómo las células del espermatozoides y los óvulos). Por este motivo, parte de su espermatozoides u óvulos pueden dañarse durante el tratamiento. La concepción de un bebé con estas células dañadas podría provocar defectos de nacimiento. Los doctores sugieren esperar para tener un bebé y evitar así el riesgo de defectos de nacimiento. Para estar seguro, hable con su médico acerca de cuánto tiempo debe esperar después de completar su tratamiento para quedar embarazada o dejar embarazada a su pareja.
- Si se queda embarazada mientras recibe tratamiento, es posible que los médicos le suspendan la terapia o le cambien el plan de tratamiento. Esto podría afectar la eficacia con que su cuerpo responde al tratamiento.

Si aún está pensando en quedarse embarazada durante el tratamiento, es importante que hable primero con su médico. Los médicos de St. Jude le recomiendan fervientemente que usted y su pareja utilicen un método anticonceptivo confiable para disminuir el riesgo de embarazo durante el tratamiento. Si decide tener relaciones sexuales, le recomendamos que utilice condones de látex con espermicida nonoxinol-9. La radiación y la quimioterapia no afectarán este tipo de método anticonceptivo.

¿El sexo será diferente mientras esté recibiendo tratamiento?

Muchos pacientes dicen sentirse cansados y con náuseas durante el tratamiento. Otros han informado estar más acoquejados con sus cuerpos debido a los cambios físicos provocados por el tratamiento. Estos cambios pueden incluir pérdida de cabello, cambios en la piel, cicatrices, aumento de peso y pérdida de peso. Los nervios provocados por estos cambios pueden afectar cómo se siente durante las relaciones sexuales. Estos sentimientos son perfectamente normales. A veces, estar nervioso o ansioso puede hacer que una persona desee tener relaciones sexuales con menos frecuencia o que tenga problemas para tener un orgasmo o mantener una erección.

Si la cirugía forma parte de su plan de tratamiento, hable con su médico durante el proceso de curación. El médico le puede decir cuándo volverá a ser seguro tener de nuevo relaciones sexuales, para que no sienta dolor o se retrase la curación en el área de la cirugía. Si está recibiendo tratamiento para el cáncer de testículos, próstata, pelvis, hipotálamo o glándula pituitaria, es posible que su médico hable con usted sobre los posibles efectos secundarios a nivel sexual. A veces, las mujeres que reciben tratamiento contra el cáncer dicen sentirse más “secas” durante las relaciones sexuales, lo que puede resultar incómodo. El tratamiento puede afectar la lubricación (humedad) vaginal natural de una mujer. Para mejorar esta situación, puede comprar un lubricante a base de agua (como el gel K-Y®) para usar durante las relaciones sexuales.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Sexo y tratamiento

De otra forma, no existe un motivo médico para que las relaciones sexuales sean diferentes que antes del tratamiento. Deberá esperar a estar física y emocionalmente listo para tener relaciones sexuales y así se sentirá más cómodo. Recuerde: Hay muchas formas de estar cerca de su pareja y ser afectuoso que no incluyen el sexo.

¿Mi pareja contraerá cáncer o perderá el cabello si tiene relaciones sexuales conmigo mientras estoy recibiendo el tratamiento?

No. El cáncer no es una enfermedad que se pueda transmitir de una persona a otra de ninguna forma. Aun así, deberá seguir las pautas que se encuentran en la página 2, las cuales indican cuánto tiempo deberá esperar para tener relaciones sexuales después de recibir cada tratamiento. Después de ese tiempo, el tratamiento que usted reciba contra el cáncer no podrá afectar a su pareja ni hacer que sufra efectos secundarios que pueda tener usted, como la pérdida de cabello. Aunque los efectos secundarios del tratamiento y del cáncer no se pueden transmitir sexualmente a su pareja, se recomienda utilizar protección de barrera (condones de látex con espermicida nonoxinol-9) para reducir el riesgo de enfermedades de transmisión sexual (ETS) y embarazo.

Me han realizado muchas transfusiones de sangre. ¿Podría haber contraído alguna enfermedad por las transfusiones que podría transmitir a otra persona?

La sangre que se administra durante las transfusiones se mantiene segura de muchas formas. Los donantes voluntarios donan sangre, pero deben estar sanos. Deben responder muchas preguntas antes de la donación para garantizar que no presentan factores de riesgo comunes para enfermedades que se pueden transmitir por sangre. La sangre donada se somete a pruebas para detectar infecciones, virus y otras enfermedades antes de administrársela a los pacientes. Hable con su médico si tiene más inquietudes sobre los riesgos de la transfusión de sangre.

Asimismo, los médicos recomiendan fervientemente que usted y su pareja utilicen un método anticonceptivo confiable para reducir las posibilidades de embarazo y ETS durante el tratamiento. Si decide mantener relaciones sexuales, recomendamos el uso de condones con espermicida nonoxinol-9. La radiación y la quimioterapia no afectarán este método anticonceptivo.

Después del tratamiento, ¿por qué debo utilizar un método anticonceptivo si soy sexualmente activo?

Se recomienda utilizar siempre una forma de protección de barrera (como condones) si es sexualmente activo.

Incluso si sus médicos ya le han dicho que el tratamiento puede afectar su capacidad para tener hijos, recuerde que cada paciente reacciona de forma diferente al tratamiento. Los óvulos o espermatozoides de cada persona pueden ser más o menos sensibles a los efectos de la quimioterapia y la radiación. Por este motivo, siempre debe tener en cuenta que se puede quedar embarazada o provocar un embarazo si mantiene relaciones sexuales.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Sexo y tratamiento

¿Qué sucede si los médicos le han dicho que es estéril o infértil (no se puede quedar embarazada o dejar embarazada a su pareja)? En este caso, el uso de una forma de barrera de protección (como condones con espermicida) durante las relaciones sexuales ayudará a evitar las enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Todas las mujeres sexualmente activas deben consultar a un ginecólogo regularmente (un médico que se especializa en el sistema reproductivo femenino). Si durante el tratamiento ha estado tomando medicamentos para controlar los períodos menstruales o para evitar un embarazo, su ginecólogo puede suspender dichos medicamentos durante un corto período de tiempo para asegurarse de que empieza a tener períodos regulares. Si no ha tenido un período menstrual en 6 meses después del tratamiento, póngase en contacto con su ginecólogo o hable con el equipo médico de St. Jude. Incluso si no ha tenido su período menstrual, cabe la posibilidad de que se quede embarazada si mantiene relaciones sexuales sin protección. Los médicos recomiendan fervientemente que se utilice una forma de protección de barrera (como condones con espermicida) para reducir el riesgo de ETS y embarazo (consulte la pregunta 4).

¿Cómo sabré si todavía puedo tener hijos después de la quimioterapia, la radiación, las tomografías o las radiografías?

Los pacientes reciben diferentes tipos y cantidad de quimioterapia y radiación según el diagnóstico y la etapa de la enfermedad. Si tiene preguntas sobre si podrá tener hijos después de recibir quimioterapia o radiación, hable con su equipo médico sobre los riesgos de su tratamiento específico. Las pruebas se pueden hacer antes y después del tratamiento, lo cual puede ayudar con la planificación familiar. Si desea obtener más información sobre este tipo de pruebas, pregúntele a su equipo médico sobre los recursos disponibles en su área.

Los exámenes y radiografías utilizan bajos niveles de radiación para reducir el riesgo de dañar tejidos sanos en el cuerpo. A veces, también se utilizan “escudos” (según el área del cuerpo que se someta a exámenes) para proteger al cuerpo y la capacidad para tener hijos en el futuro.

Generalmente, antes de realizar los exámenes o las radiografías, los miembros del personal le preguntarán a una paciente mujer (a partir de los 11 años de edad) si está embarazada o le pedirán que se haga una prueba de embarazo. Hacemos esto porque los exámenes y las radiografías pueden dañar a un bebé que se encuentre en el útero de la madre.

Incluso si sus médicos le han dicho que el tratamiento puede afectar su capacidad para tener hijos, recuerde que cada paciente reacciona de forma diferente al tratamiento. Los óvulos o espermatozoides de cada persona pueden ser más o menos sensibles a los efectos de la quimioterapia y la radiación. Por este motivo, siempre debe tener en cuenta que se puede quedar embarazada o provocar un embarazo si mantiene relaciones sexuales.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.