

El sexo y el tratamiento

Durante el tratamiento podrías tener preguntas sobre el sexo y las relaciones. Queremos que sepas que esto es normal y que puedes hacerle cualquier pregunta que tengas al equipo de St. Jude. También es normal tener cambios en tus sentimientos respecto al sexo o la actividad sexual durante el tratamiento, después del tratamiento o más adelante en la vida. Tener cáncer y recibir tratamiento puede causar estos cambios.

Al principio podrías sentirte incómodo al hablar sobre asuntos personales, pero tu equipo de atención médica de St. Jude está acostumbrado a este tipo de preguntas. Estamos aquí para hablar sobre cualquier cosa que afecte tu salud y bienestar, incluido el sexo. Este artículo incluye preguntas frecuentes de los pacientes de St. Jude, así como también respuestas de los miembros del equipo de St. Jude.

¿Con quién puedo hablar?

Puedes hablar con alguien de tu equipo de St. Jude, como por ejemplo un médico, enfermero, médico asistente o enfermero con práctica médica. Puedes hablar en privado o junto con alguien que te brinde apoyo, como uno de tus padres, un amigo, un especialista en vida infantil, un psicólogo o un trabajador social.

¿Mantendrán confidenciales mis preguntas?

Sí. Tu equipo de St. Jude no compartirá tus comentarios y preguntas con nadie a menos que exista una preocupación médica sobre tu tratamiento o seguridad.

¿A qué se refieren con “sexo y tratamiento”?

“Sexo” en este artículo significa cualquier tipo de actividad sexual que puedas tener. Esto puede incluir:

- Sexo oral.
- Sexo utilizando tus manos, dedos o un juguete sexual, ya sea poniendo algo o no dentro de ti o tu pareja.
- Sexo vaginal con penetración (pene u otro objeto dentro de la vagina).
- Sexo anal con penetración.
- Usar juguetes sexuales.
- Sexo contigo mismo (masturbación).

Las partes del cuerpo generalmente implicadas en el sexo tienen una piel delicada. Se puede magullar, romper y dejar que las infecciones entren más fácilmente que la piel en otras zonas. Cuando tienes cáncer o recibes tratamiento para el cáncer, es más probable tener infecciones. Estas también pueden ser potencialmente mortales. Por lo tanto, comprender cómo disfrutar del sexo en forma segura es importante. Si usas algún juguete u objeto, por favor, límpialos muy bien antes y después de usarlos. La mayoría de los juguetes sexuales tienen instrucciones para su limpieza. Limpiar tus juguetes correctamente los mantiene a ti y a tu pareja más seguros y ayuda a que los juguetes duren más.

Mantener limpias tus manos y otras partes del cuerpo también es importante para tu salud. Cumplir con un buen lavado de manos y una buena higiene personal ayuda a prevenir infecciones. También puede hacer que el contacto íntimo sea más disfrutable para ti y tu pareja. Lee “¿Sabe usted...? Manos limpias” para aprender más sobre el correcto lavado de manos.

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.

El sexo y el tratamiento

¿Qué debo tener en cuenta antes de tener sexo?

Niveles de plaquetas

Las plaquetas son células de tu sangre que se adhieren entre sí, o “coagulan” para detener el sangrado. Recibir quimio, radiación u otros tratamientos disminuye tu recuento de plaquetas.

Tu recuento de plaquetas debe ser de al menos 50 000 antes de que tengas sexo con una pareja o solo (masturbación). Es importante porque la mayoría de las actividades sexuales tienen un pequeño riesgo de causar magulladuras o sangrado. Cuando tu recuento de plaquetas es normal, probablemente no notes magulladuras ni sangrado. Cuando es bajo, a tu cuerpo le resulta mucho más difícil detener o controlar el sangrado. Esto puede ser peligroso, por lo tanto, conocer tu recuento de plaquetas es importante.

ANC

ANC es la sigla en inglés de “recuento absoluto de neutrófilos”. Un “neutrófilo” es un tipo de glóbulo blanco que te protege contra las infecciones. Recibir quimio, radiación u otros tratamientos disminuye tu ANC. **Los médicos sugieren esperar hasta que tu ANC sea de al menos 1000** para tener sexo.

Esto es importante porque el sexo puede causar infecciones, como por ejemplo infecciones por hongos e infecciones de las vías urinarias. Si tu ANC está por debajo de 1000, esto puede ser grave. Si recibiste un trasplante de células madre, habla con tu equipo médico sobre tu nivel de ANC. Para las mujeres es bueno orinar (hacer pis) después de tener sexo con una pareja. Esto puede ayudar a prevenir infecciones de las vías urinarias.

Evitar infecciones de transmisión sexual

Las infecciones de transmisión sexual, llamadas también ITS (o STI en inglés), son un riesgo para cualquiera que tenga sexo sin una protección de barrera, como por ejemplo un condón. Incluso un alto recuento absoluto de neutrófilos no te protege de contraer una ITS. Cuando tu sistema inmunitario está débil, una ITS es incluso más peligrosa para tu salud que lo normal.

Si planeas tener sexo mientras recibes tratamiento, tú y tu pareja deberían usar una forma de protección de barrera. Esto disminuye tu riesgo de contraer una ITS y de embarazo. Recomendamos condones de látex con espermicida nonoxinol-9.

Protección de tu vía central

Cubre tu vía central con un vendaje durante el sexo. Esto ayuda a prevenir infecciones y la posibilidad de que se tire de la vía. Tu equipo de St. Jude puede enseñarte cómo cubrir la vía.

Sexo después de la quimio o radiación

Los médicos sugieren que esperes al menos 72 horas después de una quimio para tener sexo, incluido sexo vaginal, oral y anal. Este es el período de tiempo promedio necesario para que la quimio salga de tu sistema. Tener sexo antes de las 72 horas después de la quimio podría exponer a tu pareja a los fármacos de quimioterapia presentes en tus fluidos corporales. Esto puede ser peligroso, por lo tanto es importante hablar con tu pareja al respecto. Usar condones, incluso después de las 72 horas, evita una posible exposición de tu pareja a la quimioterapia. Pregúntale a tu equipo de St. Jude sobre tu tratamiento específico.

No hay un tiempo establecido de espera después de una radiación con rayo externo. Esto es la radiación que recibes de una máquina fuera de tu cuerpo.

Alguna radiación se coloca dentro de tu cuerpo. Esto se denomina “braquiterapia”. Los médicos colocan pequeños tubos con material radiactivo en el lugar del tumor durante una cirugía. Este tipo de radiación dura

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.

El sexo y el tratamiento

de 3 a 5 días mientras permaneces en el hospital. No deberías tener sexo hasta que el médico retire este material. Pregúntale a tu equipo de St. Jude cualquier otra duda que tengas sobre el sexo y la radiación.

La radiación puede dañar gravemente a un bebé nonato. Lee la siguiente pregunta si tienes sexo mientras recibes tratamientos.

Evitar un embarazo accidental durante la quimio o la radiación

Estar embarazada mientras recibes quimio o radiación presenta graves riesgos debido a lo siguiente:

- La quimio y la radiación pueden dañar tus óvulos o espermatozoides. Un bebé creado de esas células dañadas podría tener defectos congénitos.
- Es posible que debas detener el tratamiento o cambiar tu plan de tratamiento si quedas embarazada. Esto podría afectar la eficacia de tu tratamiento contra el cáncer. Consulta a tu equipo médico si tienes preguntas sobre esto.

Los médicos sugieren esperar hasta después del tratamiento para quedar embarazada o dejar a tu pareja embarazada. Habla con tu médico sobre el mejor momento. Esperar la cantidad de tiempo adecuada puede ayudar a evitar defectos congénitos y tener un hijo de forma segura. Durante el tratamiento, recomendamos usar un método anticonceptivo confiable para disminuir el riesgo de embarazo. Recomendamos condones de látex con espermicida nonoxinol-9. La radiación y la quimioterapia no afectarán este método anticonceptivo.

¿Mientras recibo tratamiento el sexo se sentirá diferente?

Quizás. Durante el tratamiento podrías estar cansado y tener náuseas. Podrías sentirte cohibido debido a cambios físicos, como la caída del cabello o del vello, cambios en la piel, cicatrices y cambios de peso. Esto puede afectar la forma en la que te sientes durante el sexo. Todos estos sentimientos son normales. Sentirse nervioso o ansioso podría disminuir tu interés en el sexo. Esto podría hacer que sea más difícil tener una erección o un orgasmo.

Si tuviste una cirugía, pregúntale a tu médico cuándo es seguro volver a tener sexo. Esto te ayuda a evitar el dolor o una cicatrización más lenta en el área de tu cirugía. Si recibiste tratamiento para el cáncer en los testículos, la próstata, la pelvis o determinadas zonas del cerebro, los efectos secundarios podrían afectar el sexo. El tratamiento para el cáncer también puede hacer que tu vagina se sienta seca. Usar K-Y® Jelly u otro lubricante puede ayudar.

Te sentirás más cómodo con el sexo si esperas hasta que estés listo física y emocionalmente. Recuerda, puedes sentirte cerca y afectuoso con tu pareja de muchas maneras que no incluyen el sexo.

¿Mi pareja tendrá cáncer o perderá el cabello si tenemos sexo durante mis tratamientos?

No. No puedes contagiar el cáncer a otra persona. Pero, por favor, cumple las pautas anteriores sobre cuánto esperar después del tratamiento. Después del período de espera, tu tratamiento no puede afectar a tu pareja.

He recibido muchas transfusiones de sangre. ¿Podría haber contraído una enfermedad por estas? ¿Puedo contagiarla a otra persona?

Esto no es probable. La sangre para transfusiones se mantiene segura de muchas maneras. Los voluntarios que donan sangre deben estar saludables. Ellos responden muchas preguntas antes de donar para estar seguros de que no tienen factores de riesgo para las enfermedades que se contagian a través de la sangre. Un laboratorio analiza la sangre de los donantes para detectar signos de infección, virus y otras enfermedades antes de que tú la recibas. Consulta a tu médico si tienes más inquietudes sobre los riesgos de las transfusiones de sangre.

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.

El sexo y el tratamiento

¿Las exploraciones y los rayos X son seguros si quiero tener hijos o podría estar embarazada?

Las exploraciones y los rayos X usan niveles bajos de radiación para disminuir el riesgo de dañar los tejidos sanos en el cuerpo. También podrías usar un blindaje de protección durante una exploración o radiografía. Esto ayuda a proteger tu capacidad de tener hijos en el futuro.

Un miembro del personal le preguntará si podría estar embarazada si es mujer y tiene más de 10 años. También podríamos pedirle que se haga una prueba de embarazo antes de hacerse una imagen escáner o una radiografía. Hacemos esto porque los escaneos y las radiografías pueden dañar al bebé nonato.

¿La anticoncepción sigue siendo importante después del tratamiento?

Sí. Siempre asume que puedes quedar embarazada, o que puedes dejar a alguien embarazada, si tienes sexo. El tratamiento afecta a todas las personas de formas diferentes. Esto incluye a tus óvulos o espermatozoides. Los tuyos pueden ser más o menos sensibles a la quimio o a la radiación. Por lo tanto, siempre asume que un embarazo es posible.

Si tu médico dijo que no puedes tener hijos, usar condones con espermicida sigue siendo una buena idea. Esto ayuda a prevenir las infecciones de transmisión sexual, llamadas también ITS (o STI en inglés).

Las mujeres sexualmente activas deberían consultar a un ginecólogo (especialista en mujeres) regularmente. Este médico podría suspender o cambiar los medicamentos que tomas para controlar los periodos durante el tratamiento. Si no has tenido un periodo menstrual por 6 meses después del tratamiento, llama a tu ginecólogo o habla con tu equipo médico de St. Jude.

Incluso si no tienes un periodo, igual podrías quedar embarazada si tienes sexo sin usar un método anticonceptivo.

¿Cómo sabré si aún puedo tener hijos?

Pregúntale a tu equipo de St. Jude sobre la forma en la que tu tratamiento podría afectar tu capacidad de tener hijos. Puedes hacer esto antes de comenzar el tratamiento. Es posible que puedas almacenar algunos óvulos o espermatozoides antes del tratamiento para tener hijos más adelante. Consulta a tu médico sobre la Clínica de Fertilidad de St. Jude y tus opciones.

¿Tienes preguntas?

Si tienes preguntas, no dudes en hablar con alguien de tu equipo médico en cualquier momento. Las preguntas sobre el sexo y tu plan de tratamiento específico pueden confundirte, pero siempre estamos dispuestos a ayudarte.

St. Jude Children's Research Hospital cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATTENTION: If you speak another language, assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبيه: إذا كنت تتحدث باللغة العربية فيمكنك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لك مجاناً. يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الهاتف النصي: 1-901-595-1040)

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.