INTIMIDAD- Física o Emocional

¿Conoce la diferencia y por qué es importante?

- Puede que no todos encontremos la intimidad de la misma manera, pero todos queremos sentir apego y proximidad con otros. La intimidad física es comúnmente referida como intimidad sexual, pero emocionalmente se describe como algo totalmente diferente… ¿lo es?

- La intimidad emocional es la conexión y afecto para con otros. Es una conexión especial en un nivel profundo, pero que no requiere contacto físico. La intimidad emocional puede enriquecerse con el contacto físico, pero también puede incitar el deseo sexual.

GUION SEXUAL

Los guiones sexuales son las manifestaciones propias con las que expresamos intimidad y amor. Son el cómo, qué, cuándo, dónde y por qué de la relación sexual con la pareja. El cáncer puede influir en la percepción de nuestra imagen como seres sexuales y nuestro guion sexual pudiera necesitar cambiar. El tratamiento puede causar cambios físicos, afectar la imagen que tenemos de nuestros cuerpos, o cambiar el deseo sexual. La espontaneidad puede no ser una posibilidad por algún tiempo. La comunicación con su pareja sobre los cambios que presente es el primer paso para reinventar su guion sexual y volver a sentir confianza sobre la intimidad con su pareja.

RECURSOS

El cuidado de la salud sexual puede comprender muchos aspectos de su bienestar, que incluyen la salud física, mental emocional y espiritual.

Los siguientes son algunos recursos y apoyo que considerar.
(presentados en orden alfabético)

- Consejería
- Cuidados de ostomía
- Espiritualidad
- Ginecología
- Grupos de apoyo
- Grupos sociales
- Terapia física
- Terapia sexual

All of Me

Iowa Cancer Consortium

AllOfMeIowa.org

All of Me

SU SALUD SEXUAL Y EL CÁNCER

"Cuando me informaron que tenía cáncer, el sexo era lo último en mi mente. Ahora me pregunto si recibir ayuda mucho antes hubiera hecho la diferencia."

AllOfMeIowa.org

Proporcionando recursos y programas educativos para proveedores del cuidado de la salud y pacientes.

TODO SOBRE MÍ All of Me

All of Me- Priorizar la salud sexual de los habitantes de Iowa afectados por cáncer, es un proyecto originalmente financiado por el Consorcio de Cáncer de Iowa

El objetivo es mejorar la calidad de vida capacitando a proveedores de salud y sus pacientes para que aborden la salud sexual desde el momento del diagnóstico hasta la supervivencia. No importa si tiene pareja o no porque al participar activamente en las opciones de tratamiento que afectan su salud sexual, obtiene la posibilidad de anticipar y abordar el impacto negativo del cáncer y su tratamiento. Ahora usted cuenta con información necesaria para estar a cargo.

LO QUE USTED NECESITA SABER

- La mayoría de las personas considera que la salud sexual es importante para una buena calidad de vida
- Son comunes los efectos en la salud sexual, a corto y largo plazo, como resultado del cáncer y su tratamiento
- Usted no necesita enfrentar los problemas solo; existen apoyo y recursos disponibles
- Platique con su equipo médico sobre los trastornos relacionados con los tratamientos
- La prevención y el tratamiento temprano de los problemas de tipo sexual pueden generar mejores resultados; entre más pronto mejor
- Usted puede o no estar interesado en el tema ahora, pero la vida es larga y puede importarle más adelante

AllOfMeIowa.org

PROBLEMAS COMUNES

Cualquiera que sufra el impacto del cáncer pudiera experimentar cambios en los niveles de energía, imagen corporal, confianza y cambio de roles en la relación.

Otros problemas pueden ser específicos de varones y hembras.

- Los varones pueden presentar problemas de erección, eyaculación o dolor durante el acto sexual / sexo con dolor.
- Las hembras pueden presentar resequedad vaginal, falta de lubricación, cambios en los orgasmos o dolor durante el acto sexual / sexo con dolor.

Algunas de estas complicaciones se resuelven después de terminado el tratamiento, mientras que otras pueden durar bastante tiempo o ser permanentes.

La terapia contra el cáncer y/o el tratamiento, con frecuencia afectan las relaciones causando que la pareja tenga necesidad de información y apoyo.

PREGUNTAS PARA SU DOCTOR

- **¿Cómo se verá afectada mi vida sexual con la terapia contra el cáncer y/o los medicamentos?**
- **¿Es prudente que mi pareja y yo tengamos relaciones sexuales durante el tratamiento contra el cáncer?**
- **¿Qué puedo hacer antes, durante y después del tratamiento contra el cáncer para disminuir el impacto negativo en mi funcionamiento sexual?**
- **¿Qué efectos secundarios a largo plazo puede esperar mi pareja como resultado del tratamiento contra el cáncer?**
- **¿Qué cambios sobre mi salud sexual debo compartir con mi equipo de cuidado médico?**
- **¿Qué recursos están disponibles para abordar los cambios en mi salud sexual y su impacto en mis relaciones íntimas?**