

# salud sexual

## consejos para la paciente con miomas uterinos



Disfrutar de una buena salud sexual ofrece numerosas ventajas. La sexualidad es fuente de placer y de liberación física, y a través de ella se fomentan la intimidad y la complicidad con la pareja, si la hay, potenciando también la autoestima en cada persona.

Si se desea, la actividad sexual casi siempre es posible, a pesar de sufrir alguna enfermedad. Cuando hablamos de actividad sexual nos referimos a prácticas sexuales en pareja o mediante estimulación propia, incluyendo caricias, juegos, penetración, masturbación, etc.

El mioma uterino es el tumor benigno más común entre las mujeres en edad reproductiva, y puede tener un impacto negativo en la calidad de vida y en la fertilidad.

Los miomas pueden pasar desapercibidos y no producir síntomas; sin embargo, provocan con frecuencia sangrado menstrual anormal, dolor pélvico y molestias urinarias o abdominales como consecuencia de la presión que generan sobre los órganos cercanos (vejiga, uretra, intestino), así como dificultad o impedimento del embarazo y, durante éste, diversas complicaciones, entre ellas el aumento de riesgo de aborto y problemas durante el parto.

Los miomas sintomáticos complican las relaciones sexuales y provocan dolor durante el coito, así como dificultades para alcanzar el orgasmo.

### ¿Cuándo se sospechará la presencia de un mioma?

En primer lugar, si aparecen los síntomas referidos, cobran más valor al estar presentes algunos de los siguientes factores:

- Edad >40 años.
- Raza negra.
- Primera regla antes de los 10 años.
- No tener hijos.
- Obesidad.
- Antecedentes de miomas en madre o hermanas.
- Vida sedentaria.



En tal situación se deberá acudir al médico, de preferencia un ginecólogo, que realizará pruebas diagnósticas, especialmente una ecografía vaginal.

### ¿De qué opciones terapéuticas se dispone?

En función de la sintomatología, el deseo o no de descendencia y el tamaño del útero, se puede optar por asumir una conducta expectante en los miomas pequeños y asintomáticos o por un abordaje médico en los miomas voluminosos, muy sintomáticos o con complicaciones, con el objetivo de aliviar los síntomas y reducir el tamaño del mioma.

### Enlaces de interés



- [http://www.sego.es/Content/pdf/mimatosisuterina\\_1998.pdf](http://www.sego.es/Content/pdf/mimatosisuterina_1998.pdf)
- <http://www.dmedicina.com/familia-y-embarazo/fertilidad/2015/11/18/cinco-cosas-deberias-mioma-uterino-97259.html>
- [http://www.gedeonrichter.es/wp-content/uploads/2013/04/Informacion\\_pacientes\\_miomas\\_uterinos.pdf](http://www.gedeonrichter.es/wp-content/uploads/2013/04/Informacion_pacientes_miomas_uterinos.pdf)