

Despertar el deseo después de la quimioterapia

Con motivo del Día Internacional del cáncer de mama, La comunidad del Sofá, espacio de diálogo sobre sexualidad, pone el foco en cómo ayudar a las mujeres que han padecido esta enfermedad a recuperar el deseo. La sexóloga Marina Monzón explica con 5 prácticos consejos cómo estas pacientes pueden reinstaurar su vida sexual y aumentar su autoestima y percepción de calidad de vida

Esta semana se celebra el Día Internacional contra el cáncer de mama. Una fecha que recuerda muchos e importantes aspectos relacionados con esta enfermedad: la importancia de la detección precoz, la altísima incidencia y la mejora en los índices de supervivencia.

La Comunidad del Sofá, un espacio donde hablar de sexualidad creado por Platanomelón y su equipo de sexólogas –entre ellas Marina Monzón–, quiere poner el foco en temas que aun siendo importantes no se tratan habitualmente y pueden ser de gran ayuda a las más de sesenta mil mujeres que son diagnosticadas cada año de alguno de los tumores más frecuentes (mama, colon, útero, pulmón y vejiga).

En España una de cada tres mujeres desarrolla un cáncer a lo largo de su vida. Una de cada ocho en el caso de cáncer de mama. Cuando a una mujer le diagnostican cáncer y le proponen la quimioterapia como tratamiento terapéutico, no suele pensar en su vida sexual ni en si tendrá o no deseo, pues la prioridad es curarse.

En el tránsito por las diferentes fases emocionales, psicológicas, sociales y físicas de esta enfermedad, lo cierto es que el deseo queda relegado y en el momento agudo del tratamiento –con todos sus efectos secundarios asociados– las enfermas ponen todas sus energías en su curación.

Una nueva persona

Una vez superada esta fase, con más energía y ánimo, el siguiente paso es que la persona se reencuentre. "Hemos de volver a conquistarnos individualmente y también a relacionarnos con nuestro entorno, nuestra familia, nuestra pareja desde la nueva persona que somos tras la enfermedad", comenta Marina Monzón.

Esta experta recuerda que "pese a que la imagen corporal haya podido cambiar, –con o sin cabello, con o sin cicatrices, con o sin limitaciones–, la clave es sentirse una persona completa, atractiva, deseable y perfectamente capaz de expresar lo que siente".

5 Consejos prácticos para reencontrar el deseo

Cuidado del aspecto físico. Existen múltiples recursos. Monzón subraya que existen “peluquerías especializadas en pelucas con diferentes estilos y colores de cabellos. Múltiples complementos. Centros especializados en maquillaje médico. Tiendas de prótesis y complementos para incorporarlas a nuestra vida y nuestro cuerpo de manera habitual y sencilla”.

Buscar apoyo. Tanto emocional como psicológico. “Socialmente contamos con recursos profesionales, asociaciones y grupos de apoyo, sin olvidar el apoyo inestimable de la familia y los amigos”, apunta esta especialista en sexología.

Reencontrarse y piroparse. Marina Monzón destaca que “uno de los momentos críticos es el aseo, la ducha y el cuerpo desnudo ante el espejo. Cuando somos capaces de mirarnos, observarnos y piroparnos apreciando quienes somos tal cual, el trabajo está hecho. Se puede decir que estamos preparados para ponernos frente a otro, para seducir a nuestra pareja quizá como lo hacíamos antes o aprendiendo nuevas técnicas de seducción que se adapten a nuestra nueva condición física y anímica”.

Una sesión de fotos. Destacamos de una manera positiva las sesiones con fotógrafos especializados que muestran la belleza de nuestro cuerpo de manera natural. Verse retratado y poder seducir a nuestra pareja con las fotos de la sesión puede ser un recurso altamente valioso para la pareja.

La autoexploración. El último consejo de esta especialista es redescubrir nuestra piel: “Recordar los circuitos neuronales del placer sin marcarse objetivos de rendimiento, como por ejemplo darse un masaje y disfrutar del contacto piel con piel, es muy aconsejable. Cuando una persona sabe lo que le gusta y cómo le gusta, puede guiar a su pareja para que el encuentro íntimo sea más placentero y erótico”.

“Sentir deseo y placer no está reñido con la adversidad”, comenta Monzón. Cultivar el deseo para uno mismo y como forma de expresión con la pareja es un síntoma de salud. Cuando una persona reinstaura su vida sexual, tenga o no pareja, la percepción de su calidad de vida y su autoestima aumentan.

Son múltiples los beneficios de mantener una vida sexual activa. Generamos endorfinas. Nos percibimos más atractivos, aumentan las ganas por el cuidado personal, por divertirse, por reírse, por ser felices. Este escenario de ventajas es idóneo para las personas que han luchado contra el cáncer, una enfermedad que hoy más que nunca cabe recordar es dura pero vencible.

La Comunidad del Sofá

La Comunidad del Sofá es un espacio donde hablar de sexualidad creado por Platanomelón.com Con más de 30.000 seguidor@s y 2,4 millones de visualizaciones al mes, esta comunidad apuesta por hablar de sexo sin tapujos. Con total naturalidad y confianza. A este canal acuden cientos de miles de usuari@s cada mes para consultar todo tipo de dudas sobre sexo. Expertas sexólogas resuelven sus dudas con profesionalidad y de forma clara y fácil. La Comunidad del sofá se define como “alérgica a los tabúes” y quiere también reivindicar –con mucho humor eso sí–, un cambio en la mentalidad social sobre el papel de la sexualidad en las mujeres.

Sobre Marina Monzón, experta en sexología

Diplomada en Enfermería por la Universidad Complutense de Madrid y Experta en sexología y Educación Sexual por Instituto de Ciencias Sexológicas de Madrid de la Universidad Autónoma de Madrid. Su trayectoria profesional, durante más de diez años en el Hospital Universitario de la Paz y en el Hospital Universitario Infanta Sofía de Madrid, le ha llevado a desarrollar su carrera en diferentes

áreas como el servicio de Obstetricia y Consultas Externas de Urología. En docencia, su faceta de ponente le ha llevado a impartir seminarios y ser profesora titular experta en cursos para doulas y lactancia materna en el Hospital Clínico San Carlos, el Hospital de Móstoles y el Hospital de Getafe.

Sobre Platanomelón.com

Una startup española que comercializa artículos eróticos y apuesta por la educación sexual, la ruptura de tabúes sociales y el empoderamiento femenino.

Anna Boldú es la fundadora de esta startup, ubicada en Barcelona, que comenzó su actividad en 2015. A día de hoy Platanomelón.com factura 500 mil euros y recibe en su web una media de 65 mil visitas al mes. La marca diseña y fabrica los juguetes sexuales que comercializa bajo su sello con materiales de máxima calidad y con un gran diseño y funcionalidad. Los productos de Platanomelón.com son 100% saludables y libres de tóxicos como los ftalatos o los parabenos.

Contacto de prensa

Cristina Manrique " cristina.manrique@aportada.com " 93 318 26 50 - 606 952 643

Jordi Trilla " jordi.trilla@aportada.com " 93 318 26 50 - 671 612 807

Datos de contacto:

Cristina Manrique
606952643

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>