

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD DURANTE EL POSPARTO

AUTORES: María José Pérez Roldán, Isabel María Gallardo Peña y Lorena Arcos Parra

PALABRAS CLAVE



Sexuality, Postpartum Period and Sexual Dysfunction.

OBJETIVOS



Proporcionar estrategias para abordar la nueva situación, además de aportar información sobre los cambios físicos, psicoemocionales y sociales que ocurren en el posparto.

MODELO PLISSIT

- Resume los componentes claves en el abordaje de los problemas sexuales

Permission	Para discutir el tema sexual en el momento o en el futuro
Limited Information	Clarificar la información errada, mitos, y proveer información clara pero limitada
Specific Suggestions	Proveer sugerencias específicas directamente relacionadas con el problema en particular
Intensive Treatment	Proveer terapia altamente individualizada para manejos más complejos

INTRODUCCIÓN

La maternidad abarca numerosos cambios físicos, psicológicos y sociales, los cuales pueden afectar a la esfera sexual de la mujer.

Los estudios disponibles ponen de manifiesto que en el posparto se reduce significativamente la actividad sexual femenina, aumentando el número de disfunciones sexuales.

Existe la necesidad de informar sobre estos cambios y de orientar en las adaptaciones a esta nueva etapa.



METODOLOGÍA

- **Población diana:** Mujeres embarazadas y/o puérperas.
- **Captación:** En los controles de embarazo, educación maternal o visita postparto.
- **Intervención:** Individual o pareja en consulta y/o grupal en educación maternal. Realizada por la matrona aplicando el modelo PLISSIT.
- **Evaluación:** De la mejora de conocimientos y conductas de adaptación con administración de un cuestionario.

RESULTADOS

Se espera lograr:

- Conocimiento de los factores que influyen en la sexualidad posparto: (cambios hormonales, lactancia materna, temor al dolor, baja autoestima, atención focalizada en el bebé, falta de sueño, depresión...)
- Mejora del conocimiento sobre los elementos que favorecen la salud sexual (comunicación conyugal, abordar la sexualidad de forma gradual, propiciar la intimidad...)
- Papel de la pareja en esta etapa.

CONCLUSIÓN

El asesoramiento y la capacitación sexual puede ayudar a mejorar la sexualidad en el posparto reportando una mejora de salud. Los profesionales de la salud tenemos un papel importante de apoyo, orientación y prevención en esta área.

BIBLIOGRAFÍA

1. Grussu, P., Vicini, B., & Quatraro, R. M. (2021). Sexuality in the perinatal period: A systematic review of reviews and recommendations for practice. *Sexual & reproductive healthcare : official journal of the Swedish Association of Midwives*, 30, 100668. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2021.100668>
2. Fuchs, A., Czech, I., Dulská, A., & Drosdzol-Cop, A. (2021). The impact of motherhood on sexuality. *Ginekologia polska*, 92(1), 1-6. <https://doi.org/10.5603/GP.a2020.0162>
3. Fontan, N. P., Da Cuña Carrera, I., Martín, A. C., & González, Y. G. (2022). *Disfunciones sexuales en el período posparto. Una revisión de la literatura. Medicina naturista*, 16(1), 48-56. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8257032>