

Intimidad y temas relacionados con la sexualidad

La necesidad de cercanía es una parte muy importante y natural de nuestras vidas. La **intimidad** es el dar y recibir amor y afecto. Involucra el contacto cariñoso, la comprensión empática, el consuelo en momentos de necesidad y una sensación de seguridad en las relaciones.

La **sexualidad** es el sentimiento de deseo sexual, que se expresa a través de la actividad sexual. Al igual que la intimidad, la sexualidad es una expresión natural de la necesidad humana. Sin embargo, para muchas personas, la sexualidad va más allá del concepto estrecho de relaciones sexuales y está relacionada con muchas de las expresiones más amplias de intimidad, como la cercanía física, los besos y los abrazos.

¿Cómo afecta la demencia a la intimidad y la sexualidad?

Las personas con demencia siguen necesitando relaciones amorosas y seguras y contacto afectuoso. Sin embargo, variarán en sus formas individuales de dar y recibir afecto, y en las formas en que la demencia afecta esa capacidad.

Como resultado de la enfermedad, algunas personas con demencia pueden volverse exigentes e insensibles a las necesidades de los demás, y menos capaces de proporcionar apoyo afectuoso a su familia y amigos. También pueden experimentar cambios en la expresión de su sexualidad. Algunas personas continúan deseando contacto sexual, mientras que otras pueden perder interés en la actividad sexual. Otros pueden mostrar comportamientos sexuales inapropiados.

Las parejas pueden experimentar una variedad de sentimientos sobre continuar una relación sexual con alguien que tiene demencia. Estos pueden incluir sentimientos de rechazo, disgusto y culpa. Puede ser útil discutir estos sentimientos con un profesional. Su médico puede ayudar, o contáctenos para organizar hablar de forma confidencial con un psicólogo o consejero.



Montessori
Senior

Cambios en el comportamiento sexual

Es importante recordar que cualquier comportamiento extraño o inusual es parte de la enfermedad y no dirigido de manera personal. Una persona con demencia puede no saber qué hacer con el deseo sexual o cuándo o dónde ejercer el deseo de manera apropiada.

Demandas sexuales aumentadas

Algunas parejas encuentran que el deseo de actividad sexual de una persona aumenta, lo que puede resultar en demandas poco razonables y agotadoras, a menudo en momentos extraños o en lugares inapropiados. Ocasionalmente, puede mostrarse agresión si las necesidades no se satisfacen. Es posible que deba mantenerse fuera de peligro hasta que haya un cambio de humor.

Algunas personas se quejan de sentirse como un objeto. Una vez que la persona con demencia ha tenido relaciones sexuales, puede olvidar inmediatamente lo que ha ocurrido.

Disminución del interés sexual

Muchas personas con demencia pierden interés en una relación física y pueden volverse muy retraídas. Pueden aceptar el contacto físico de otros, pero no iniciar el afecto. Las parejas pueden sentirse heridas y desconcertadas por la pérdida de interés.

Pérdida de inhibiciones

Las personas con demencia a veces pierden inhibiciones y hacen insinuaciones hacia otros, se desvisten o se tocan en público.

A veces, se hacen insinuaciones sexuales porque la persona con demencia confunde a otra persona con su pareja.

A veces, algo que parece sexual, como una mujer levantándose la falda, puede ser una indicación de otra cosa, como la necesidad de ir al baño.



Montessori
Senior

Manejo de comportamientos sexuales inapropiados

Qué intentar

- Considera todas las posibles razones para los comportamientos inapropiados. Esto podría incluir la necesidad de ir al baño, malestar o aburrimiento.
- Intenta desalentar suavemente los comportamientos que consideras inapropiados.
- Intenta mantenerte enfocado en la persona, no en el comportamiento. • Trata de distraer a la persona si es posible o redirígela hacia otra actividad.
- Encuentra formas de incluir diferentes formas de contacto en la rutina diaria para que la persona tenga algún contacto físico. El masaje, tocarle las manos y abrazarse son formas de seguir brindando cariño a través del contacto físico.

Recuerda

Al igual que todos los desafíos enfrentados por familias y cuidadores de personas con demencia, hablar sobre esto con una persona cercana o extra puede ayudar. El apoyo y el cariño de amigos y familiares pueden ayudarte a sobrellevar la situación.

Hablar sobre problemas en un grupo de apoyo puede ayudar. Saber que otros han pasado por una experiencia similar puede ayudarte a sentir que no estás solo.

.



Montessori
Senior