

Tratamiento de las

DISFUNCIONES SEXUALES



M. Musé

TRATAMIENTO DE LAS DISFUNCIONES SEXUALES

Dr. Mark Musé



(3.^a edición, revisada)



hogrefe

MADRID, 2021

NOTA IMPORTANTE

Con el fin de facilitar el uso de las fichas por parte de los terapeutas y de sus pacientes, se autoriza expresamente la fotocopia de las fichas, como se indica al pie de las mismas, y la reproducción de los audios disponibles en TEAcorrige.

Esta reproducción se autoriza exclusivamente para fines terapéuticos con los propios pacientes. Se prohíbe expresamente la reproducción de cualquier otra parte de la obra y la reproducción de las fichas para cualquier finalidad ajena a la terapia de las disfunciones sexuales.

Copyright © 1994, 2013, 2021 by Mark Musé.

Copyright © 1994, 2013, 2021 by TEA Ediciones, S.A.U., España.

I.S.B.N.: 978-84-16231-97-3.

Depósito Legal: M-4640-2021.

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

TRATAMIENTO DE LAS DISFUNCIONES SEXUALES

Manual terapéutico

Mark Musé

Psicólogo médico

Con la colaboración de:

Carole Hopkins

Psiquiatra

Joan Oliveras

Ginecólogo

Eduard Ruiz

Urólogo y andrólogo

Dibujos originales:

Glòria Frigola i Mussons

Terapeuta familiar

Grabaciones:

Raúl del Río

Licenciado en Psicología

NOTA A LA TERCERA EDICIÓN	9
ACERCA DE LOS AUTORES	11
FICHA TÉCNICA.....	13
PREFACIO A LA PRIMERA EDICIÓN	15
PRÓLOGO.....	17
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	19
CAPÍTULO II. ENFOQUE SENSORIAL	23
CAPÍTULO III. INAPETENCIA SEXUAL.....	31
CAPÍTULO IV. DISFUNCIÓN ERÉCTIL	51
CAPÍTULO V. EYACULACIÓN PRECOZ.....	67
CAPÍTULO VI. EYACULACIÓN RETARDADA	81
CAPÍTULO VII. DISFUNCIÓN ORGÁSMICA	101
CAPÍTULO VIII. VAGINISMO	115
CAPÍTULO IX. EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS PARAFÍLICOS.....	127
PARTE I. INTRODUCCIÓN A LAS PARAFILIAS.....	127
PARTE II. EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS PARAFILIAS MÁS FRECUENTES EN LA PRÁCTICA CLÍNICA.....	134
CAPÍTULO X. CONCLUSIONES	163
APÉNDICE. GUIÓN DE LAS GRABACIONES. ENTRENAMIENTO ACTITUDINAL EN SEXUALIDAD.....	165

LISTADO DE FICHAS

CAPÍTULO II. SENSATE FOCUS: MÉTODO DE ENFOQUE SENSORIAL

Ficha 2.1. Primer paso: Enfoque sensual (Pareja)	29
Ficha 2.2. Segundo paso: Enfoque sexual (Pareja)	30

CAPÍTULO III. INAPETENCIA SEXUAL: MÉTODO DE AUTOPLACER

Ficha 3.0. Preparación: Recursos audiovisuales (Pareja).....	37
--	----

Programa A: Inapetencia primaria

Ficha 3.1 A. Primer paso: Imaginación romántica (Hombre).....	38
Ficha 3.2 A. Primer paso: Imaginación romántica (Mujer)	39
Ficha 3.3 A. Segundo paso: Estimulación sensual con imaginación romántica (Hombre)	40
Ficha 3.4 A. Segundo paso: Estimulación sensual con imaginación romántica (Mujer).....	41
Ficha 3.5 A. Tercer paso: Estimulación sexual con imaginación (Hombre).....	42
Ficha 3.6 A. Tercer paso: Estimulación sexual con imaginación (Mujer)	43
Ficha 3.7 A. Cuarto paso: Autoestimulación compartida (Pareja)	44
Ficha 3.8 A. Quinto paso: Estimulación mutua (Pareja).....	45
Ficha 3.9 A. Sexto paso: Coito compartido (Pareja)	46

Programa B: Inapetencia secundaria

Ficha 3.1 B. Primer paso: Autoestimulación con observación (Pareja).....	47
Ficha 3.2 B. Segundo paso: Estimulación mutua con fantasías compartidas (Pareja).....	48
Ficha 3.3 B. Tercer paso: Coito con expresión verbal compartida (Pareja).....	49
Ficha 3.4 B. Cuarto paso: Sexo libre (Pareja)	50

CAPÍTULO IV. DISFUNCIÓN ERÉCTIL: MÉTODO DE AUTOAFIRMACIÓN

Ficha 4.1. Primer paso: Estimulación sensual con imaginación romántica (Hombre)	57
Ficha 4.2. Primer paso: Estimulación sensual con imaginación romántica (Mujer).....	58
Ficha 4.3. Segundo paso: Estimulación sexual con imaginación (Hombre).....	59
Ficha 4.4. Segundo paso: Estimulación sexual con imaginación (Mujer)	60
Ficha 4.5. Tercer paso: Autoestimulación compartida (Pareja)	61
Ficha 4.6. Cuarto paso: Autoestimulación asistida (Pareja).....	62
Ficha 4.7. Quinto paso: Estimulación gratuita (Pareja)	63
Ficha 4.8. Sexto paso: Autoestimulación cerca de los genitales de otra persona (Pareja)	64
Ficha 4.9. Séptimo paso: Estimulación mutua (Pareja).....	65
Ficha 4.10. Octavo paso: Coito con autoestimulación (Pareja).....	66

CAPÍTULO V. EYACULACIÓN PRECOZ: MÉTODO DE PARADA Y ARRANQUE

Ficha 5.1. Paso preliminar: Familiarización con el umbral del orgasmo (Pareja).....	72
Ficha 5.2. Primer paso: Autoestimulación con parada y arranque (Hombre).....	73
Ficha 5.3. Primer paso: Autoestimulación con parada y arranque (Mujer)	74
Ficha 5.4. Segundo paso: Parada y arranque compartidos (Pareja).....	75
Ficha 5.5. Tercer paso: Estimulación mutua con parada y arranque (Pareja)	76
Ficha 5.6. Cuarto paso: Estimulación intravaginal con parada y arranque. Mujer en posición superior (Pareja)	77
Ficha 5.7. Quinto paso: Coito libre con parada y arranque (Pareja).....	78
Ficha 5.8. Sexto paso: El «puente» con parada y arranque (Pareja).....	79

CAPÍTULO VI. EYACULACIÓN RETARDADA: MÉTODO DE AUTOIMPLICACIÓN

Programa A: Eyaculación retardada por distracción

Ficha 6.1 A. Primer paso: Focalización corporal (Hombre).....	88
Ficha 6.2 A. Primer paso: Focalización corporal (Mujer)	89
Ficha 6.3 A. Segundo paso: Autofocalización con estimulación genital (Hombre)	90
Ficha 6.4 A. Segundo paso: Autofocalización con estimulación genital (Mujer).....	91
Ficha 6.5 A. Tercer paso: Estimulación corporal compartida (Pareja).....	92
Ficha 6.6 A. Cuarto paso: Estimulación mutua (Pareja)	93
Ficha 6.7 A. Quinto paso: Coito con autoestimulación: el «puente» y el «anillo» (Pareja).....	94
Ficha 6.8 A. Sexto paso: Coito libre (Pareja)	95

Programa B: Eyaculación retardada por sobrecontrol

Ficha 6.1 B. Primer paso: Autofocalización con estimulación mutua (Pareja)	96
Ficha 6.2 B. Segundo paso: Autofocalización con autoestimulación (Pareja)	97
Ficha 6.3 B. Tercer paso: Autofocalización con penetración parcial (Pareja).....	98
Ficha 6.4 B. Cuarto paso: Autofocalización con el «puente» y el «anillo» (Pareja).....	99
Ficha 6.5 B. Quinto paso: Coito libre (Pareja)	100

CAPÍTULO VII. DISFUNCIÓN ORGÁSMICA: MÉTODO DE AUTOEXCITACIÓN

Ficha 7.1. Paso preparatorio: Autoinspección y autoexperimentación (Mujer).....	107
Ficha 7.2. Primer paso: Autoestimulación con imaginación romántica (Mujer)	108
Ficha 7.3. Primer paso: Autoestimulación con imaginación romántica (Hombre).....	109
Ficha 7.4. Segundo paso: Autoestimulación sexual con fantasía erótica (Mujer).....	110
Ficha 7.5. Segundo paso: Autoestimulación sexual con fantasía erótica (Hombre)	111
Ficha 7.6. Tercer paso: Autoestimulación compartida (Pareja).....	112
Ficha 7.7. Cuarto paso: Estimulación gratuita (Pareja).....	113
Ficha 7.8. Quinto paso: Coito con autoestimulación: el «puente» (Pareja).....	114

CAPÍTULO VIII. VAGINISMO: MÉTODO DE AUTORELAJACIÓN

Ficha 8.1. Primer paso: Autoinspección (Mujer)	121
Ficha 8.2. Segundo paso: Autoinserción (Mujer).....	122
Ficha 8.3. Tercer paso: Inserción asistida (Pareja)	123
Ficha 8.4. Cuarto paso: Inserción del pene (Pareja).....	124
Ficha 8.5. Quinto paso: Coito con movimiento libre (Pareja)	125

CAPÍTULO IX. LAS PARAFILIAS: MÉTODO DE AUTOORIENTACIÓN

Ficha 9.1. Parada de pensamientos no apropiados (Ambos sexos)	151
Ficha 9.2. Entrenamiento aversivo (Ambos sexos).....	152
Ficha 9.3. Autoestimulación con fantasía erótica (Hombre).....	153
Ficha 9.4. Encuentro interpersonal (Ambos sexos)	154
Ficha 9.5. Empatía (Pareja)	155
Ficha 9.6. Exploración sensual con empatía (Pareja).....	156
Ficha 9.7. Exploración sensual con empatía (Pareja).....	157
Ficha 9.8. Estimulación mutua con fantasía erótica (Pareja).....	158
Ficha 9.9. Estimulación bilateral (Pareja)	159
Ficha 9.10. Coito con empatía (Pareja)	160
Ficha 9.11. Sexo libre (Pareja).....	161

NOTA A LA TERCERA EDICIÓN

En esta nueva edición, las grabaciones de audio del *Entrenamiento actitudinal en sexualidad* están disponibles en la plataforma *online* TEAcorrige, con el objetivo de facilitar su acceso y ofrecer una mayor comodidad a los profesionales.

Para poder descargar estas grabaciones y facilitarlas a los pacientes, el profesional debe disponer de la clave de acceso (PIN) que permite acceder a las grabaciones de audio y registrarse en TEAcorrige (si no lo ha hecho previamente). El PIN se le facilitará al adquirir el manual de *Tratamiento de las Disfunciones Sexuales*.

Tras acceder a la plataforma (www.teacorrige.com), el profesional deberá seleccionar el menú de *Tratamiento de las Disfunciones Sexuales*, donde podrá encontrar las dos grabaciones de audio. El profesional podrá escuchar estos audios en la propia plataforma o descargarlos para proporcionarlos a los pacientes durante la terapia.

Esperamos que estos cambios sean útiles y faciliten la labor de los profesionales.

ACERCA DE LOS AUTORES



Mark Musé

Es licenciado en Psicología por la Universidad de Barcelona y doctorado en Psicología por la Universidad de Arizona (EE.UU.). Cursó un máster postdoctoral con especialización en psicofarmacología en la Universidad de Fairleigh Dickinson y está colegiado en el Colegio Oficial de Psicólogos de Cataluña y en los estados de Maryland, Virginia, Louisiana y Nuevo México (EE.UU.). El doctor Musé ejerció su labor profesional como psicólogo clínico en Gerona durante más de 10 años y fue profesor de Psicología en la Universidad Ramón Llull en Barcelona hasta su regreso a los Estados Unidos, donde ejerce como psicólogo médico. Es autor de seis libros y de numerosos artículos profesionales en el campo de la Psicología y de la Medicina. Su último libro *Handbook of Clinical Psychopharmacology for Psychologists* fue editado en 2012 por John Wiley & Sons en Nueva York.

Glòria Frigola i Mussons

Cursó los estudios de Máster en Terapia Familiar de la Universidad Autónoma de Barcelona y está colegiada en el *Board of Marriage and Family Therapists* del Estado de Maryland (EE.UU.), donde ha ejercido como terapeuta familiar durante los últimos 15 años. Es ilustradora profesional de libros y artículos en los campos de la Psicología y la Medicina.

FICHA TÉCNICA

Nombre: *Tratamiento de las Disfunciones Sexuales. Manual terapéutico.*

Autor: Mark Musé.

Procedencia: TEA Ediciones (1994, 2013, 2021).

Aplicación: Individual.

Ámbito de aplicación: Adultos que padecen disfunciones sexuales o trastornos parafilicos.

Duración: Variable, según el diagnóstico.

Finalidad: Tratamiento de seis disfunciones sexuales (inapetencia sexual, disfunción eréctil, eyaculación precoz, eyaculación retardada, disfunción orgásmica y vaginismo) y evaluación y tratamiento de los trastornos parafilicos.

Material: Manual en el que se incluyen las fichas de trabajo para las sesiones y clave de acceso (PIN) para acceder a las grabaciones de audio.

PREFACIO A LA PRIMERA EDICIÓN

*«Algunas personas se aparean
para resolver los problemas
que de vivir solas no tendrían».*

Woody Allen

Cuando el complejo mecanismo de la sexualidad presenta alteraciones de mayor o menor grado, nos introducimos en el mundo de las disfunciones sexuales. Para exponer este tema es imprescindible hacer uso de un lenguaje claro y de fácil comprensión. No se puede obviar con frases imprecisas y no se puede limitar a confiar en el sentido natural o en el instinto humano para esperar que el individuo se comporte espontáneamente de la forma más adecuada.

Este manual no es solo un tratado de patología, sino un manual de orientación sexual donde el lenguaje es directo y sucinto, tanto para el profesional que lee los capítulos dirigidos a él, como para el paciente que sigue las fichas didácticas que el profesional le prescribe. En definitiva, este libro nos ayuda, como método de aprendizaje sexual, a conocer mejor nuestro cuerpo, a la vez que sirve como guía en la corrección de las disfunciones sexuales.

Pienso, como médico andrólogo, que el instinto sexual juega un papel preponderante en la vida en general y, especialmente, dentro del amor. La energía sexual es fundamental para la vida. El instinto sexual es básico en todas las emociones, deseos y sentimientos de nuestra existencia. La sexualidad es la fuerza motora de gran parte de los actos humanos. Si consideramos la sexualidad una fuerza básica y vital, necesitamos trabajar con ella, aprender a utilizarla y a fortalecerla, graduando y adecuando todo su impulso.

No obstante, a pesar de la importancia del instinto y de las influencias biológicas de la sexualidad humana, la experiencia me ha enseñado que, en la práctica, lo más importante en las disfunciones sexuales no es la organicidad, sino el desconocimiento por parte del paciente de sus propias posibilidades y recursos; es decir, las disfunciones sexuales deben en gran parte su existencia a la falta de un correcto aprendizaje sexual. El desconocimiento y la poca orientación de los problemas sexuales más importantes es causa de conductas primitivas en la vida amorosa de los adultos.

El ensayo-error se encuentra en la base de todo aprendizaje y sin una educación sexual adecuada estamos en un aprendizaje «de calle» donde erramos dos veces por cada vez que acertamos. Mucho se ha discutido, y se continuará haciendo, sobre la estructura y la forma de una correcta educación sexual. Con una educación correcta, ¿se evitaría la eyaculación precoz o se eliminaría el vaginismo? Con toda seguridad las disfunciones sexuales son inherentes a la



misma imperfección del ser humano; pero, cuanto mejor nos conocemos a nosotros mismos y a nuestras formas de comportamiento sexual, más fácil nos resulta actuar modificando las alteraciones existentes.

En última instancia, la sexualidad es una vivencia compartida con otra persona y por esta razón el papel de la pareja es primordial en la terapia. Es bien sabido que la vida compartida y la convivencia son complejas y, por lo tanto, la misma sexualidad también lo es. No hay duda que este manual valora desde su inicio la importantísima contribución de la pareja en el tratamiento de las disfunciones sexuales, y ha conseguido incorporar directamente tanto al paciente como a su pareja en un esfuerzo cooperativo y participativo en la terapia.

Entender profundamente todos los matices de la interrelación de una pareja obligaría a estudiar muchos aspectos relativos a la anatomía, la fisiología y la psicología humanas. Es improbable que una sola persona pueda dominar tantos campos a la perfección y, en este sentido, *Tratamiento de las Disfunciones Sexuales. Manual Terapéutico* tiene la gran virtud de constituir un material didáctico fruto de la colaboración multidisciplinar de especialistas en todos los ámbitos de la sexualidad.

Después de leer la obra, el lector tendrá mayor respeto a su sexualidad y una idea más completa y realista de sus propias posibilidades, tanto médicas como personales. Probablemente, se aproximará mucho a la comprensión de aquello que entendemos por terapia sexual en estos momentos.

Dr. Eduard Ruiz Castañé
Andrólogo

Desde la publicación de las primeras ediciones en catalán y en castellano del *Tratamiento de Disfunciones Sexuales. Manual Terapéutico* en 1993 y en 1994, respectivamente, el campo de la sexología ha experimentado una explosión en el área de la biología aplicada a la sexualidad (Crenshaw y Goldberg, 1996; Hyde, 2005) y en la aplicación de técnicas conductistas al tratamiento de las parafilias (Muse, 1999; Muse y Frigola, 2003). Esta explosión se une a la evolución continua que ha tenido este campo desde sus inicios con los estudios pioneros de Alfred Kinsey y sus colaboradores durante la primera mitad de este siglo. Desde estos primeros e intrépidos estudios de los años 40, la evolución del estudio del comportamiento sexual humano ha estado dirigida en gran parte a mejorar las bases científicas y empíricas de la disciplina y a elaborar estrategias terapéuticas que han demostrado ser de mayor efectividad. Mientras el inicio de los estudios científicos sobre el comportamiento sexual humano puede ser datado a finales de la década de los años 40 y 50 con la publicación de los textos monumentales del Dr. Kinsey (*Sexual Behavior In The Human Male* y *Sexual Behavior In The Human Female*, 1948, 1953), el estudio clínico de la sexualidad humana tuvo que esperar a las investigaciones revolucionarias de Masters y Johnson (1966, 1970) en la década de los 60 y a la aplicación clínica de estos estudios al área de las disfunciones sexuales en la década de los 70. Posteriormente al trabajo de Masters y Johnson, durante los años 80 y 90 se realizaron múltiples contribuciones llevadas a cabo por numerosos investigadores y clínicos en un esfuerzo por mejorar los principios más importantes de la terapia sexual y aumentar así el ya impresionante resultado terapéutico. Respecto a ello, la eficacia de los programas terapéuticos de tratamiento de disfunciones sexuales modernos se debe al gran alcance de la elaboración de estrategias terapéuticas que reconocen el importante trabajo pedagógico al incorporar la cooperación y la participación directa del paciente en su propio proceso terapéutico. Los programas de Kaplan (1975) son particularmente notables en este aspecto.

A pesar de los enormes avances que se han visto a lo largo de los años en el estudio y tratamiento de las disfunciones sexuales, hay lugar todavía para mejorar la presentación de las prescripciones terapéuticas dadas a los pacientes en tratamiento y así mejorar la comunicación y la confianza profesional-paciente para que sirva como motivador primordial de cumplimiento en cualquier proceso terapéutico. El material didáctico del que se dispone actualmente en el área de las disfunciones sexuales humanas consiste bien en libros de texto escritos para la formación de profesionales, bien en libros de autoayuda diseñados para instruir a sus lectores en «cómo curarse uno mismo» de su problema sexual. Hay una notable falta de material diseñado expresamente para facilitar la comunicación entre el profesional y el paciente, así como para fortalecer las prescripciones terapéuticas rutinarias, sean cognitivo-conductuales o farmacológicas, material que el profesional podría dar a su paciente en el preciso momento en el que se explica el plan terapéutico.

De hecho, antes de la publicación de la primera edición de este manual no había sido nunca publicada ni elaborada información didáctica de este tipo para el paciente destinada a uso profesional. Por este motivo, el material que aquí se incluye fue elaborado por los propios autores, así como distribuido a los pacientes en tratamiento. Con los años, estas fichas han constituido una parte primordial en la terapia sexual practicada por nuestra parte y su eficacia en la motivación del paciente y en la colaboración activa en las tareas terapéuticas ha sido ampliamente demostrada.

Dr. Mark Musé

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Crenshaw, T. y Goldberg, J. (1996). *Sexual Pharmacology: Drugs that Affect Sexual Functioning*. Nueva York: W. W. Norton & Company.
- Hyde, J. S. (2005). *Biological Substrates on Human Sexuality*. Washington DC: American Psychological Association.
- Kaplan, H. (1975). *The Illustrated Manual Of Sex Therapy*. Nueva York: Quadrangle/ The New York Times Book Co.
- Kinsey, A., Pomeroy, W. y Martin, C. (1948). *Sexual Behavior in the Human Male*. Filadelfia: Saunders.
- Kinsey, A., Pomeroy, W., Martin, C. y Gebhard, P. (1953). *Sexual Behavior in the Human Female*. Filadelfia: Saunders.
- Masters, W. y Johnson, V. (1966). *Human Sexual Response*. Boston: Little, Brown and Company.
- Masters, W. y Johnson, V. (1970). *Human Sexual Inadequacy*. Boston: Little, Brown and Company.
- Muse, M. (1999). Las parafilias sexuales. *Revista de Psicoterapia*, 38-39, 113-121.
- Muse, M. (1994). *Tratamiento de Disfunciones sexuales. Manual terapéutico*. Madrid: TEA Ediciones.
- Muse, M. y Frigola, G. (en prensa). *Illustrated Manual for Instruction in Sex Therapy: Handbook of Psychobiosocial Diagnosis and Treatment of Sexual Dysfunctions and Paraphilias: Professional Manual with Accompanying Patient Education Handouts*. Rockville, Maryland: Mensana Publications.
- Muse, M. y Frigola, G. (1993). *Manual didàctic per el tractament de disfuncions sexuals*. Girona: Mensana Publications.
- Muse, M. y Frigola, G. (2003). La evaluación y tratamiento de las parafilias. *Revista de Medicina Psicosomática*, 65, 55-72.



INTRODUCCIÓN

Para comenzar, cabe decir que este manual no es un libro de autoayuda. Más bien al contrario, se trata de un manual para el profesional que trabaja en el campo de la sexualidad y que busca mejorar la comunicación entre el profesional y el paciente más allá de su consulta. Con este objetivo, ha sido diseñado para permitir que las fichas didácticas de instrucciones terapéuticas sean entregadas al paciente en el momento preciso de la terapia, así como para que la información sea apropiada y permita reforzar las metas del tratamiento. Además, las grabaciones de audio disponibles en TEAcorrige también tienen el objetivo de lograr metas terapéuticas fuera de la consulta, potenciando la preparación cognoscitiva del paciente.

Los distintos capítulos de este manual abordan las principales disfunciones sexuales y las parafilias. Cada uno de ellos empieza con una sucinta introducción dirigida a los profesionales, en la que se tratan las cuestiones clínicas más frecuentes sobre el tema. Después de esta breve introducción al trastorno, se presentan la descripción de la terapia y el conjunto de fichas que serán entregadas a aquellos pacientes en tratamiento. Asimismo, en los casos necesarios, también se incluirá información de aquellas fichas que pueden ser utilizadas de forma opcional (pertenecientes a otros capítulos) dentro del plan terapéutico individualizado para cada paciente. Un ejemplo de ello son las fichas didácticas del capítulo «Enfoque sensorial», que pueden ser prescritas como una primera tarea de preparación previa en la mayoría de los tratamientos específicos de las distintas disfunciones abordadas en otros capítulos.

Las fichas didácticas son entregadas normalmente al paciente (o pacientes, si es la pareja la que está implicada en el tratamiento) en el mismo momento en el que se inicia la fase de la terapia descrita en la ficha. Generalmente, no es buena idea permitir que los pacientes vean los pasos terapéuticos que serán realizados a lo largo de las distintas sesiones. Con pocas excepciones, tener acceso a la totalidad del plan del tratamiento desde un principio crea una reacción contraproducente en el paciente. En ocasiones el paciente parece dudar de su capacidad para realizar todos los ejercicios, incrementando así su ansiedad anticipatoria o desestimando la importancia de los primeros pasos del programa terapéutico porque no le parecen tan difíciles como los últimos. Se crea de este modo un tipo de autocompetición o ansiedad de ejecución relacionada con la finalización de los ejercicios. Para evitar estas posibles reacciones negativas, en el tratamiento de las disfunciones sexuales no es aconsejable el uso exclusivo de programas autodidactas. Por esta razón, y por otras que serán comentadas más tarde, los libros de autoayuda tienen una aplicación limitada en el tratamiento efectivo de las disfunciones sexuales.

El presente manual está basado esencialmente en estrategias de terapia conductual que intentan modificar los hábitos sexuales de estos pacientes. No obstante, el hecho de cambiar el comportamiento de una persona implica realizar cambios paralelos en el modo en que esta persona piensa y siente. En la terapia conductual moderna es una práctica común dar la misma importancia a los aspectos cognoscitivos y emocionales del paciente que a su conducta (Goldstein y Foe, 1980). Es indispensable reconocer que pueden esperarse pocos cambios en la mitigación de las disfunciones sexuales si no se logra, paralelamente a cualquier adaptación conductual, un cambio fundamental en la actitud hacia sí mismo y hacia su situación sexual (Ellis y Dryden, 1987). En este punto, tenemos la segunda limitación de los programas de autoayuda en el tratamiento de las disfunciones sexuales: si el programa solo da sugerencias conductuales (con o sin intención general de motivar a la persona a ponerlas en práctica), la gran mayoría de los lectores se hallarán aplicando el programa conductual de forma mecánica y superficial, completando el ejercicio lo mejor que pueden, pero seguirán siendo víctimas de sus propias expectativas, temores, creencias, prejuicios y percepciones erróneas, sin cambiar las actitudes de fracaso ni su tendencia mental y emocional. Probablemente terminarán su nuevo intento de resolver sus problemas crónicos con los mismos sentimientos de fracaso y de frustración de siempre. Es obvio entonces que una de las funciones terapéuticas más importantes en la práctica de la terapia sexual es crear las condiciones cognoscitivas y emocionales que potencien los cambios deseados en el área conductual. Asimismo, la incorporación en este programa de las grabaciones de *Entrenamiento actitudinal* potencia el cambio de actitudes muy arraigadas a la disfunción sexual y fomenta una postura psicológica que es, a la vez, positiva y esperanzadora.

El reto principal para los profesionales que se dedican a la terapia sexual es fomentar un cambio cognoscitivo-afectivo que permita a sus pacientes aplicar con éxito los ejercicios de aproximación sucesiva y que constituya el *modus operandi* para obtener resultados beneficiosos de la terapia sexual. La orientación teórica determinará en gran medida si la utilización del material cognoscitivo-afectivo es psicodinámica, humanista, sistémica o cognitivo-conductual. Tanto en la patología sexual como en la mayoría de las categorías nosológicas, la orientación teórica del terapeuta no determinará tanto el éxito de sus intervenciones (Goldfried, 1991; Branco, 1992; Muse *et al.*, 2003) como lo harán sus conocimientos de la condición tratada y su capacidad para fomentar una relación con el paciente que sea, al mismo tiempo, catalizadora y de apoyo (Lazarus, 1985).

Al principio de cada capítulo, se presentan los principales aspectos cognitivo-afectivos que corresponden a la condición descrita en él. En estos temas es donde se requiere especialmente la experiencia orientadora del profesional para evitar que el paciente aplique su esquema propio y habitual en cualquier nuevo intento de resolver su problema antiguo y duradero en el tiempo.

Por otra parte, el área de la sexología es un subapartado dentro de los trastornos psicosomáticos y por ello se han incorporado en el manual los problemas médicos relevantes en el tratamiento de las disfunciones sexuales además de las técnicas psicológicas. En cada capítulo se hallarán sugerencias sobre qué tipo de examen médico está indicado para descartar la etiología orgánica, así como un repaso de los efectos iatrogénicos de los medicamentos psicoactivos en el área de la sexualidad (véase tabla 1.1) y algunas sugerencias respecto al tratamiento paralelo con fármacos psicoactivos en las condiciones indicadas (Segraves y Balon, 2003).

Del mismo modo que en el tratamiento de otros desórdenes psicosomáticos, y en la mayoría de los síndromes encontrados entre la psicopatología en general (Muse y Moore, 2012), la eficacia del tratamiento de los problemas sexuales exige la cooperación y la coordinación entre



diversos especialistas de las dos disciplinas implicadas en el tratamiento de estos desórdenes: la Psicología y la Medicina (Muse y Frigola *et al.*, 1992). Esta integración entre los profesionales de la salud sería incompleta, aunque meritoria, si dicha cooperación no incluyera al paciente como principal colaborador. El deseo de ampliar la coordinación profesional entre todas las especialidades que se dedican al tratamiento de las disfunciones sexuales y de comprometer en gran medida al paciente en su propio tratamiento, es lo que nos motiva a presentar este libro.

Tabla 1.1. Posibles efectos secundarios de los medicamentos psicotrópicos sobre la sexualidad

FÁRMACO	DISFUNCIÓN ERECCIÓN	EYACULACIÓN INHIBIDA	ORGASMO INHIBIDO ⁽¹⁾	DESEO REDUCIDO
Antipsicóticos Convencionales Atípicos ⁽²⁾	Probable ? ⁽³⁾	Sí ?	Probable ?	? ?
Ansiolíticos	Probable	Sí	Probable	?
Antidepresivos IRSS ⁽⁴⁾ MAO-I ⁽⁵⁾ Tricíclicos Atípicos IRSN ⁽⁶⁾ Bupropion	Probable Sí Sí ? No	Sí Sí Probable ? No	Sí Sí Probable Probable No	Sí Sí Sí ? No
Estabilizador de estado de ánimo Litio Carbamazepina Ácido valproico	Probable ? No	? ? ?	? ? ?	Sí Probable ?
Estimulantes	Probable	Potencia ⁽⁷⁾	?	?

(1) Orgasmo femenino.

(2) La excepción aquí es la risperidona, que tiene registrada una incidencia de entre el 20-30% de eyaculación inhibida y un 20% de inhibición del orgasmo, con menos incidencia de disfunción eréctil (15%) (Segraves y Balon, 2003).

(3) ? = No hay estudios o sus resultados son confusos.

(4) Inhibidor de recaptación selectivo de serotonina.

(5) Inhibidores de la monoaminoxidasa.

(6) Inhibidor de la recaptación de serotonina y noradrenalina.

(7) Los estimulantes tienden a potenciar la eyaculación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Branco, A. (1992). De la torre de Babel al Esperanto terapéutico. Notas sobre investigación e integración en psicoterapia. *Revista De Psicoterapia*, 9, 13-22.
- Ellis, A. y Dryden, W. (1987). The Rational-Emotive Behavioral Approach to Sex Therapy. En A. Ellis y W. Dryden (Eds.), *The Practice Of Rational Emotive Therapy*. Nueva York: Springer Publishing Co.
- Goldfried, M. (1991). Research issues in psychotherapy integration. *Journal Of Psychotherapy Integration*, 1, 5-25.
- Goldstein, A. y Foe, E. (1980). *Handbook of Behavioral Interventions*. Nueva York: John Wiley & Sons.
- Lazarus, A. (1985). *Casebook of Multimodal Therapy*. Nueva York: Guilford Press.
- Muse, M., Frigola, G., del Río y R. y Viñas, F. (1992). Algology: The marriage of psychology and medicine. *Journal of Integrative and Eclectic Psychotherapy*, 10, 266-274.
- Muse, M. y Moore, B. (2012). *Clinical Psychopharmacology for Psychologists*. Nueva York: John Wiley & Sons.
- Muse, M., Moore, B. y Stahl, S. (2003). Benefits and challenges of integrated treatment. En M. Stahl y B. A. Moore (Eds.), *Anxiety Disorders: A Guide for Integrating Psychopharmacology and Psychotherapy*. Nueva York: Routledge.
- Segraves, R. y Balon, R. (2003). *Sexual Pharmacology: Fast Facts*. Nueva York: W. W. Norton & Company.

LA VISUALIZACIÓN
DE ESTAS PÁGINAS
NO ESTÁ DISPONIBLE.

Si desea obtener más información
sobre esta obra o cómo adquirirla consulte:

www.teaediciones.com



Tratamiento de las Disfunciones Sexuales: Manual terapéutico es un completo programa para el tratamiento y la terapia de distintas disfunciones sexuales: inapetencia sexual, disfunción eréctil, eyaculación precoz, eyaculación retardada, disfunción orgásmica y vaginismo. Además, como principal novedad con respecto a la edición anterior, incluye un capítulo para la evaluación y la intervención de los trastornos parafilicos.

El programa de intervención está basado esencialmente en estrategias de terapia cognitivo-conductual que intentan modificar los hábitos sexuales de este tipo de pacientes, así como fomentar la cooperación y la participación directa del paciente (y de su pareja) en su propio esfuerzo terapéutico. Por otro lado, dado que el área de la sexología es un subapartado dentro de los trastornos psicósomáticos, en el manual también se incorporan, además de las técnicas psicológicas, los problemas médicos relevantes en el tratamiento de las disfunciones sexuales.

El presente manual ha sido diseñado con una orientación eminentemente práctica con el objetivo de suministrar a los terapeutas un conjunto de herramientas muy útiles para dirigir el método de tratamiento de cada paciente. Para cada disfunción se incluye una breve introducción teórica dirigida al terapeuta y un conjunto de fichas ilustradas que recogen las diversas etapas o fases de la terapia que serán entrenadas por los pacientes.

A la **vanguardia** de la
evaluación psicológica ✓

Grupo Editorial Hogrefe

Göttingen · Berna · Viena · Oxford · París
Boston · Ámsterdam · Praga · Florencia
Copenhague · Estocolmo · Helsinki · Oslo
Madrid · Barcelona · Sevilla · Bilbao
Zaragoza · São Paulo · Lisboa

