



Actualmente más de la mitad de las mujeres con diabetes tiene dificultades en su vida sexual, lo cual afecta no solamente de manera física a la paciente si no también psicológica por no poder llevar una cotidianeidad placentera junto con su pareja.

De acuerdo con estudios del Instituto Mexicano de Sexología, la insatisfacción de las mujeres con diabetes proviene principalmente de los problemas psicológicos y no de padecer la enfermedad.

“El efecto que tiene la diabetes en la sexualidad femenina es que puede provocar una disminución de lubricación vaginal e irritación, lo que trae como consecuencia mayor dolor durante las relaciones sexuales”, explicó el doctor Luis Enrique Ortega Canales, especialista en sexología clínica.

Estas complicaciones crónicas aparecen después de los 10 o 15 años de que la mujer padece diabetes; sin embargo, existen lubricantes de agua que pueden ser utilizados para evitar estas molestias.

“Se han atribuido también problemas de excitación sexual, pero estos problemas parecen estar más relacionados con un estado de depresión o por dificultades de pareja”, indicó el médico.

Otro factor que también puede perjudicar las relaciones sexuales es tener elevados niveles de glucosa en la sangre (hiperglucemia), ya que provoca que la mujer sea más propensa a infecciones vaginales, las cuales pueden ocasionar incomodidad en la actividad sexual; en este caso, además de atender la afección hay que normalizar los niveles de azúcar.

El control de la diabetes es fundamental para eliminar o minimizar los problemas sexuales, pero también tener atención en otros factores, ya que tener colesterol alto, padecer obesidad o

hipertensión pueden dañar los vasos sanguíneos y nervios que hacen agradable la práctica sexual, destacó el también coordinador en aspectos biomédicos del Instituto Mexicano de Sexología.

El especialista explicó que estos trastornos se presentan principalmente en mujeres con diabetes tipo II, que por lo regular son personas con más de 40 años de edad y que algunas ya cursan la menopausia; aunque las féminas con diabetes tipo I son menos propensas a sufrir problemas sexuales, no significa que no puedan experimentarlos alguna vez en su vida.

“La diabetes no tiene por qué afectar la capacidad de la mujer para tener una vida sexual placentera; en gran medida esto depende de mantener un buen estado de salud, y de la comunicación y confianza que se tenga con la pareja”, enfatiza el doctor Ortega Canales.

Diabetes y embarazo

Toda mujer diabética, bien controlada y tratada en su enfermedad, puede quedar embarazada, pero se recomienda que para lograr una gestación exitosa se realice evaluaciones antes de la concepción, mencionó Ortega Canales.

“Hay mujeres que durante el embarazo desarrollan diabetes gestacional, que es una alteración de la tolerancia a la glucosa, esta se detecta después de los cinco meses de gestación y desaparece después del parto. Sin embargo, durante el embarazo la mujer tendrá el nivel de azúcar en la sangre alto la mayor parte del tiempo. Esto puede provocar que su bebé crezca mucho y al nacer pese más de cuatro kilos”.

Las posibles complicaciones cuando no existe un buen control médico durante el embarazo van desde un aborto espontáneo hasta una muerte fetal. Los niveles altos de glucosa en sangre pasan al feto a través de la placenta y pueden provocar que el bebé muera dentro del vientre.

“Es por eso que durante el embarazo es muy importante mantener niveles de glucosa en la sangre óptimos, someterse a un tratamiento intensivo de alimentación sana, ejercicio físico y

medicación, además de acudir con su ginecólogo frecuentemente”, puntualizó Luis Enrique Ortega.

Por último precisó que la lactancia materna no sólo está permitida, sino que es recomendada siempre que sea posible. Solamente la medicación, en cuanto a la demanda de insulina se refiere, tendrá que ser reajustada a partir del momento del parto. **Adriana Estrada**