

Share:    

ESPAÑOL

Cambios en la intimidad y la sexualidad relacionados con la enfermedad de Alzheimer

[English](#)

La intimidad es la conexión especial que comparten las personas que se aman y respetan. Esto incluye la manera en la que hablamos y actuamos uno hacia al otro. Esta conexión existe entre matrimonios, parejas, miembros de la familia y amigos.

[El Alzheimer](#) suele cambiar la intimidad entre las personas. [La sexualidad](#) es un tipo de intimidad. Es una manera importante en la que las parejas expresan físicamente los sentimientos que tienen uno hacia el otro.

El Alzheimer puede causar cambios en la intimidad y la sexualidad en la persona enferma y en la persona que la cuida. La persona con Alzheimer puede estresarse por los cambios en su memoria y conducta. Es común que la persona sienta miedo, preocupación, depresión, enojo o incluso tenga baja autoestima (la valoración que una persona tiene de sí misma). La persona puede volverse dependiente y apegarse a usted. Es posible que ya no recuerde su vida junto a usted o los sentimientos que comparten. Algunas veces la persona hasta puede enamorarse de alguien más.

Es posible que usted, el cuidador, se aleje emocional y físicamente de la persona con Alzheimer. Usted puede sentirse molesto por las exigencias de proveer los cuidados necesarios. También puede sentirse frustrado con el olvido constante de la persona, la repetición de preguntas y otras conductas fastidiosas.



La mayoría de las personas que cuidan a enfermos aprenden a adaptarse a estas dificultades, pero toma tiempo. Algunas aprenden a vivir con la enfermedad y encuentran un nuevo significado en su relación con las personas que tienen la enfermedad de Alzheimer.

Cómo enfrentar los cambios en la intimidad

Recuerde que la mayoría de los enfermos con Alzheimer necesitan sentir que alguien los quiere y se preocupa por ellos. También necesitan pasar tiempo con otras personas al igual que con usted. Cualquier esfuerzo para satisfacer estas necesidades ayudará a la persona con Alzheimer a sentirse contenta y segura.

Es importante reafirmarle a la persona que:

- Usted la quiere
- Usted la va a mantener segura
- Otras personas también se preocupan por su bienestar

Los siguientes consejos le pueden ayudar a enfrentar sus propias necesidades cuando la intimidad cambia:

- Hable con un médico, trabajador social o un miembro del clero sobre estos cambios. Quizá es incómodo hablar sobre temas tan personales, pero puede ayudar.
- Hable sobre sus preocupaciones en un grupo de apoyo.
- Enfóquese en las partes positivas de su relación.
- [Consiga más información](#). Algunos libros, artículos, o videos pueden ayudarle a entender cómo el Alzheimer afecta la intimidad.

Hipersexualidad

A veces, las personas con Alzheimer están demasiado interesadas en el sexo. Esto se llama “hipersexualidad”. La persona puede masturbarse mucho y tratar de seducir a otros. Estos comportamientos son síntomas de la enfermedad y no siempre significan que la persona quiere tener sexo.

La hipersexualidad se puede enfrentar dándole más atención y confortando a la persona. Tal vez puede tocarla suavemente, abrazarla o usar otras formas para mostrarle cariño y satisfacer sus necesidades emocionales. Algunas personas con este problema necesitan medicamentos para controlar su conducta. Hable con el médico sobre las medidas que puede tomar.

Cómo enfrentar los cambios en la sexualidad

Es posible que el compañero saludable en la pareja o la persona con Alzheimer pierdan interés en tener sexo. Este cambio puede causar que una persona se sienta sola y frustrada. Estas son algunas cosas que pueden causar cambios en el interés sexual.

El compañero saludable en la pareja puede sentir que:

- No está bien tener sexo con una persona que tiene Alzheimer
- El enfermo con Alzheimer parece ser un desconocido
- La persona con Alzheimer parece olvidar que su pareja está ahí y parece haber olvidado cómo hacer el amor

La persona con Alzheimer puede:

- Tener cambios en su interés sexual a causa de efectos secundarios de los medicamentos
- Tener cambios en su interés sexual causados por la pérdida de memoria, los cambios en el cerebro o la depresión

Estas son algunas sugerencias para enfrentar los cambios en la sexualidad:

- Explore nuevas maneras de pasar tiempo juntos.
- Busque otras maneras de mostrar cariño. Algunas personas que cuidan a enfermos encuentran que acurrucarse o agarrarse de las manos reduce la necesidad de una relación sexual.
- Pruebe otras maneras de tocar a la persona, que no sean sexuales. Por ejemplo, trate de darle un masaje, un abrazo o bailar juntos.
- Considere otras maneras de satisfacer sus propias necesidades sexuales. Algunas personas que cuidan a enfermos reportan que se masturban para satisfacer sus necesidades.

También le podría interesar=

- Informarse sobre la [sexualidad en la edad avanzada](#)
- Ver un [video sobre cómo cambia la enfermedad de Alzheimer al cerebro](#)
- Conocer los [cambios en la personalidad y la conducta relacionados con la enfermedad de Alzheimer](#)

Para más información

NIA Alzheimer's and related Dementias Education and Referral (ADEAR) Center

(Centro de Educación y Referencias sobre la Enfermedad de Alzheimer y las Demencias Relacionadas)

800-438-4380

adear@nia.nih.gov

www.nia.nih.gov/health/alzheimers (en inglés)

www.nia.nih.gov/espanol/enfermedad-alzheimer (en español)

El Centro ADEAR del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento ofrece información y publicaciones impresas gratuitas sobre la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas para familias, cuidadores y profesionales de la salud. El personal del Centro ADEAR responde a las solicitudes hechas por teléfono, por correo electrónico y por escrito, y dirige a las personas hacia recursos locales y nacionales.

Alzheimer's Association

(Asociación de Alzheimer)

800-272-3900

866-403-3073 (TTY)

info@alz.org

www.alz.org (en inglés)

www.alz.org/espanol (en español)

Alzheimer's Foundation of America

(Fundación de Alzheimer de América)

866-232-8484

info@alzfdn.org

www.alzfdn.org

Family Caregiver Alliance

(Alianza de Cuidadores de Familiares Enfermos)

800-445-8106

info@caregiver.org

www.caregiver.org (en inglés)

www.caregiver.org/spanish (en español)

El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA, por sus siglas en inglés), parte de los Institutos Nacionales de la Salud, ofrece la información contenida en este documento, la cual ha sido revisada por sus científicos y otros expertos para asegurarse de que sea precisa y esté actualizada.

Texto revisado en: 15 de junio de 2017

[Return to top](#)