

¿Qué es y como trabaja un sexólogo?

Lic. Ezequiel López Peralta

La figura del sexólogo es cada vez más reconocida, sobre todo en los últimos años ya que son frecuentes las intervenciones mediáticas de los colegas más destacados. Sin embargo, la mayoría de las personas no tienen en claro qué es y que hace un sexólogo, y en que casos es conveniente consultarlo. Vamos entonces a clarificar estos conceptos.

Un sexólogo es un profesional médico o psicólogo que realiza una especialización en sexología clínica. No existe la sexología como carrera, es decir que no se puede estudiar directamente sin antes poseer el título de médico o psicólogo. Por supuesto que según la profesión de base el enfoque será distinto. Un médico-sexólogo trabaja más en trastornos sexuales de causalidad orgánica, y un psicólogo-sexólogo interviene si el problema es predominantemente psicológico.

El sexólogo trabaja específicamente con disfunciones sexuales, es decir con las diferentes perturbaciones de la respuesta sexual en varones y mujeres: disfunción eréctil, eyaculación precoz, disfunciones orgásmicas, disminución del deseo, hiperactividad sexual, fobias sexuales, vaginismo, matrimonios no consumados, trastorno de la excitación sexual en la mujer, etc. También (aunque las consultas son menos frecuentes) interviene en casos de trastornos de la identidad sexual, parafilias (o perversiones) y homosexualidad no asumida. Para eso cuenta con un entrenamiento para utilizar herramientas específicas destinadas a resolver el síntoma sexual.

Las terapias sexuales, a diferencia de las terapias tradicionales, focalizan la intervención en el síntoma sexual. Por eso son breves, acotadas, efectivas y por lo tanto económicas. Cuando la persona que consulta tiene pareja, se le pide la colaboración a él o ella para conocer su opinión, explicarle todo aquello referente a las causas y la solución del problema, y realizar las tareas indicadas en la terapia. El profesional le indica a los pacientes tareas orientadas a resolver el problema: ejercicios de relajación, de autoconocimiento, de comunicación en la pareja, métodos de estimulación, y técnicas específicas para cada disfunción sexual en particular. La pareja realiza estas tareas en su intimidad, y cada sesión se dedicará a trabajar sobre lo que la pareja ha practicado corrigiendo lo que es necesario y agregando otras tareas para la semana siguiente.

Una terapia sexual es breve y los resultados varían de acuerdo a la capacidad del profesional, la gravedad del problema y la motivación de los pacientes para trabajar en las tareas que se le asignan. Habitualmente la duración promedio está entre los 3 y 6 meses.

A mi entender cuando existe la sospecha de una perturbación sexual la primera consulta debe ser al sexólogo. El profesional tiene la mirada lo suficientemente amplia como para realizar un diagnóstico preciso, plantear el tratamiento adecuado y eventualmente derivar a otro profesional o especialista si considera que el problema lo requiere (por ejemplo al psicólogo, al terapeuta de parejas, al clínico, al urólogo, al ginecólogo, al psiquiatra, al endocrinólogo, etc.).

En síntesis: SI TIENE O SUPONE UN PROBLEMA SEXUAL, CONSULTE AL SEXOLÓGO.