

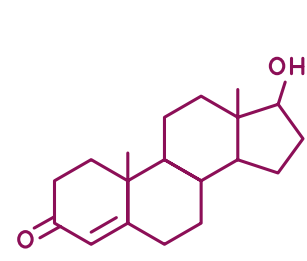
DÍA MUNDIAL DE LA SALUD SEXUAL 14 FEBRERO

La **salud sexual** es el estado de **bienestar físico, psíquico, emocional y social** en relación a la **sexualidad**.¹

La **actividad sexual depende de** los niveles sanguíneos de ciertas **hormonas**, aunque el papel exacto de cada una de ellas sigue estando poco claro y son necesarios más estudios.¹

El papel de las hormonas sexuales¹

TESTOSTERONA



La **testosterona** es una hormona esteroide que tiene una notable importancia en el ámbito sexual.

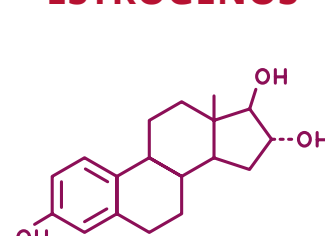
De su segregación dependen la maduración y el apetito sexuales.

Con el envejecimiento disminuyen los niveles circulantes de testosterona paralelos al declinar de la función sexual.¹

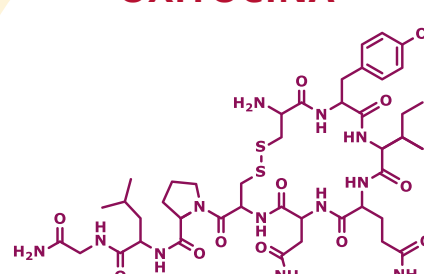
Los **estrógenos** son hormonas sexuales esteroideas (derivadas del colesterol) de tipo femenino principalmente, producidas por los ovarios, la placenta durante el embarazo y, en menores cantidades, por las glándulas adrenales.

Los estrógenos exógenos (no producidos de manera natural por el organismo) tienen un efecto negativo en la sexualidad de los hombres, disminuyen el interés y la respuesta sexual.¹

ESTRÓGENOS



OXITOCINA



La **oxitocina** es secretada por la hipófisis y han demostrado, en estudios animales, que induce la erección mediante un mecanismo dependiente de la testosterona.

Sus niveles plasmáticos aumentan en hombres y mujeres durante la actividad sexual, alcanzándose valores máximos en el orgasmo.¹

La **betaendorfina** es una sustancia que se produce en el cerebro y que bloquea la sensación de dolor.

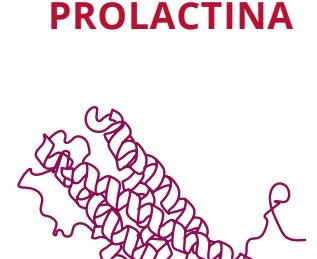
Tiene efectos sexuales inhibidores dosis-dependientes y varían según la zona del cerebro en la que actúe.

Las dosis bajas tienen un efecto facilitador del acto sexual y las dosis altas, un efecto inhibidor.¹

BETAENDORFINA



PROLACTINA



La **prolactina** es una hormona peptídica secretada por células lactotropas de la parte anterior de la hipófisis.

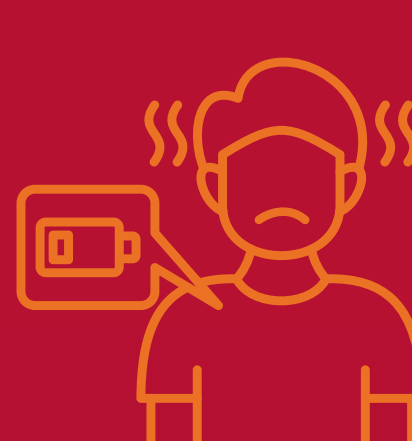
En los hombres, la hiperprolactinemia produce disminución del interés sexual y de la respuesta eréctil.

Se ha observado una elevación de sus niveles tras el orgasmo, tanto en hombres como en mujeres, y se ha postulado que puede actuar con un mecanismo de compensación en el período refractario.¹

Existen posibles problemas relacionados con la salud sexual²



Inhibiciones, miedos o ansiedades y preocupaciones excesivas



Falta de interés, de placer o malestar



Comportamientos sexuales adictivos o compulsivos



Disfunciones sexuales o dificultades de control de impulsos

Algunas de las disfunciones sexuales comunes están relacionadas con:²

El deseo sexual

Problemas de dolor (vaginismo, dispareunia)

La excitación sexual (eyacuación precoz o retardada, problemas de erección, falta de lubricación vaginal)

El orgasmo



Referencias:

1. Salud sexual masculina. [Internet]. Hombresysalud.com. [Citado 07 feb 2025]. Disponible en: <https://hombresysalud.com/salud-sexual-masculina/>; 2. Día Mundial de la Salud Sexual. [Internet]. Universidad de Salamanca. 2022 [Citado 07 feb 2025]. Disponible en: <https://sas.usal.es/dia-mundial-de-la-salud-sexual/>