

## **SEXOMNIA: mantener relaciones sexuales dormido es infrecuente pero real**

La sexomnia es un trastorno del sueño que hace que se mantengan relaciones sexuales dormido sin recordarlo posteriormente. Àlex Pastor, enfermero de la Unidad del Sueño Dr. Estivill del Hospital Quirónsalud del Vallès lo explica así “si alguien te ha despertado a media noche pidiendo “tema” y al día siguiente no recuerdas nada, no te está mintiendo, puede ser que padezca sexomnia, un trastorno del sueño poco común y desconocido que lo cursa el 10% de los adultos con parasomnia”. Esta enfermedad rara se continúa investigando ya que su causa resulta aún desconocida, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) afecta al 2% de la población mundial y es más frecuente en hombres.

Igual que los sonámbulos realizan actividades como hablar, caminar o levantarse de la cama totalmente dormidos sin ser conscientes de ello, los afectados de sexomnia durante el sueño mantienen comportamientos sexuales sin recordarlos al despertar. Esto ocurre en la fase de sueño profundo no-REM, cuando los músculos no están paralizados, pero en cambio el cerebro está profundamente dormido (N3).

En algunos casos, el afectado se despierta con el acto sexual ya iniciado, o en el momento del orgasmo, y hay quien no se despierta. Lo manifiestan sobre todo hombres jóvenes, pero le puede pasar a cualquiera, aunque nunca antes haya sido sonámbulo.

La sexomnia responde a una predisposición genética pero no están claras las circunstancias que la desencadenan. Diversos estudios mantienen que hay factores externos que precipitan los episodios de sexomnia como, por ejemplo, tomar mucho alcohol, estupefacientes o abusar de determinados fármacos, el estrés, la ansiedad, la fatiga, no dormir bien, trastornos psicológicos, entre otros. "Algunas alteraciones del sueño, como las apneas obstructivas del sueño o el síndrome de piernas inquietas pueden actuar como 'disparadores', pero realmente la causa exacta de la sexomnia es desconocida", argumenta el Dr. Francisco Segarra, responsable de la Unidad del Sueño Dr. Estivill del Hospital Universitari General de Catalunya. La sexomnia en sí no tiene porqué ser algo malo, dependerá de la frecuencia e intensidad, sin embargo, suele generar problemas de pareja, frustración y culpa en quién la padece.

Si la intensidad y la frecuencia de los episodios de sexomnia aumentan, los especialistas del sueño del equipo médico de las Unidades del Sueño Dr. Estivill de los Hospitales Universitari General de Catalunya y Quirónsalud Vallès, doctores Francisco Segarra y Pablo Ruiz, recomiendan realizar una valoración del paciente. Mediante una entrevista clínica y con la realización de diversas pruebas, entre las que destaca la polisomnografía nocturna, es posible llegar a un diagnóstico correcto que permita iniciar el tratamiento adecuado.

## **SEXOMNIA: mantener relaciones sexuales dormido es infrecuente pero real**

### **Sobre quirónsalud**

Quirónsalud es el grupo hospitalario líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Cuenta con más de 40.000 profesionales en más de 125 centros sanitarios, entre los que se encuentran 50 hospitales que ofrecen cerca de 7.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:  
Comunicación  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45