

## “Adicción al sexo”, Un tema para la polémica

**El caso Harvey Weinstein reabre el debate sobre este cuestionado trastorno; los especialistas se dividen entre el escepticismo y una aceptación con salvedades**



**Una patología compleja tanto para quienes la padecen como para los profesionales que deben diagnosticarla.** Foto: Shutterstock

*Acorralado por múltiples acusaciones de abuso y acoso sexual, el hasta no hace mucho tiempo intocable productor de Hollywood, Harvey Weinstein, decidió recurrir a la estrategia de escape que inauguró hace ya varios años Michael Douglas cuando fue acusado por su esposa de reiteradas infidelidades -recurso que también fue utilizado por otras celebridades como Tiger Woods, Rob Lowe u Ozzy Osbourne al verse en problemas legales o maritales debido a su comportamiento sexual-. La estrategia en cuestión consiste en mirar a cámara con gesto compungido y decir: "Perdón, soy adicto al sexo". Acto seguido, internarse en una de las tantas clínicas de rehabilitación de adicciones al sexo que florecen en los Estados Unidos.*

### ¿Existe realmente eso que llaman "adicción al sexo"?

Y, en caso de que así fuera, ¿puede todo aquel que incurre en un ejercicio sexual excesivo o incluso lesivo para otros, autoadjudicarse el trastorno? Las opiniones están divididas, en varios campos. Sin ir más lejos, los intentos por incluir su definición dentro del más respetado de los manuales de diagnóstico psiquiátrico (conocido según sus siglas como **DSM-V**) fracasaron, y si bien se incluyeron nuevos cuadros como la adicción al juego, la adicción al sexo sigue quedando afuera. Para muchos, no existen aún suficientes evidencias científicas como para elaborar una definición seria del tema. Otros, más proclives a aceptar la existencia de esta adicción, señalan sin embargo el riesgo de que sea utilizada por quienes en realidad no la padecen para escapar de las consecuencias legales de actos de acoso o de abuso sexual.

## ADICCIÓN AL SEXO: SEÑALES DE ALARMA

– La adicción puede presentarse de muchas maneras: masturbación compulsiva, sexo anónimo con múltiples personas, relaciones sexuales con prostitutas, consumo constante de pornografía, relaciones sexuales que entrañen peligro, contacto por anuncios o abuso de líneas telefónicas eróticas, entre otras. **¿Cuándo debemos estar conscientes?**

Se estima que en torno a un 8% de la población total de hombres y el 3% de las mujeres serían adictos al sexo.



**La persona muestra actividad sexual muy frecuente, desproporcionada y desadaptada.** Sus pensamientos también son de contenido sexual y se convierte en obsesiones que ocupan continuamente su pensamiento respecto a lo que desea hacer o cómo hacerlo.

Por más que la persona se hace propósitos de no realizar determinadas conductas sexuales le resulta imposible mantenerse abstinente o reducir.

Muchas veces la persona **vive su conducta sexual en secreto respecto a su entorno, llevándole en ocasiones, a llevar una doble vida de mentiras, engaños y ocultación.**

La persona experimenta una progresiva tolerancia, por lo que ha de aumentar la frecuencia, se necesita más tiempo para obtener el resultado deseado o a de aumentar la intensidad de la conducta sexual.

De este modo, la persona **puede empezar por experimentar un uso compulsivo y desmedido de la masturbación, consulta de pornografía etc.** pero con el tiempo para experimentar las mismas sensaciones ha de incluir ya conductas más peligrosas, como por ejemplo puede ser implicarse en relaciones sexuales con varios desconocidos...

La búsqueda de sexo o la realización de conductas sexuales ocupan un tiempo excesivo, hasta el punto de relegar obligaciones profesionales, académicas, familiares...

Disminuyen también el tiempo de ocio dedicado a otras actividades que normalmente **se hacían con amigos o familiares de manera que paulatinamente se va aislando de su entorno.**

El adicto al sexo continua con la conducta a pesar de las consecuencias negativas derivadas, estas pueden ser: riesgo de contraer una enfermedad, problemas matrimoniales o separación, **pérdida de los derechos de estar con los hijos menores, abortos o los embarazos no deseados, hay casos en que se da riesgo de detención...**

Se experimenta cierta abstinencia con síntomas físicos y emocionales si no puede hacer la conducta sexual. Esta sintomatología puede comportar: elevada ansiedad, inquietud, mareos, dolores en el cuerpo, dolores de cabeza, insomnio, cambios de humor, depresión o irritabilidad etc.

Es frecuente la falta de conciencia respecto al problema, **por lo que el adicto al sexo suelen tomar conciencia cuando las consecuencias que se derivan de su conducta les resultan importantes, vitales o ineludibles.**

Fuente:

Centroadiccionesbarcelona.

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

"Si pensamos una adicción como la pérdida de libertad frente a algo, sea una sustancia o un objeto que es necesario para calmar una angustia, uno podría aceptar que existe la adicción al sexo. El problema se presenta cuando las personas recurren a la idea de padecer una enfermedad como un refugio que les permita escapar de la responsabilidad de sus actos", opinó el médico especialista en psiquiatría. "Eso es lo que podríamos inferir que está pasando en un caso como el de Weinstein, en el que el diagnóstico aparece a posteriori de un escándalo en torno a su comportamiento sexual. Eso difiere de los casos en los que es la propia persona la que acude a la consulta porque se da cuenta de que el sexo le calma la angustia, pero que su comportamiento le trae conflictos laborales, sociales y familiares; conflictos que son los que resultan de cualquier adicción", agregó.

Más notas para entender este tema

[Los que se autoadjudican la patología](#)

Lo cierto es que más allá del debate científico en torno a su posible definición y a su mal uso, la adicción al sexo es un problema que motiva consultas y que incluso cuenta con grupos de pacientes que replican el modelo de abordaje grupal de otras adicciones. Así como existen los encuentros organizados por las asociaciones Alcohólicos Anónimos (Al-Anon) o Jugadores Anónimos de Argentina, quienes sufren por la incapacidad de ponerle freno a una insaciable pulsión sexual se juntan en Sexo Adictos Argentina.



**Los grupos de pacientes ofrecen la posibilidad de elaborar un mapa sexual que permita evitar conductas no deseadas.**

Esteban -que prefirió no usar su nombre real- tiene 52 años y desde hace 10 acude a las reuniones de Sexo Adictos Anónimos Argentina ([www.saa-argentina.com](http://www.saa-argentina.com)). "Uno se declara adicto sexual cuando reconoce que utiliza el sexo para evitar enfrentar problemas o sentimientos dolorosos, y en ese punto es lo mismo que cualquier otra adicción, sea al juego, al alcohol o a lo que sea. El mecanismo en definitiva es evitar sentimientos dolorosos, taparlos con algo, que en este caso es una conducta sexual compulsiva", cuenta Esteban, que entró al grupo cuando sintió que su vida se tornaba incontrolable.

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

Hasta entonces, recuerda, "me consideraba un tipo divertido que laburaba 20 horas por día y que después me tomaba mis recreos. Salía con una, dos, tres, cinco mujeres, contratadas o no, pese a tener relaciones estables o estar casado. Pero un día me di cuenta de que no era un divertimento, porque de igual manera que cuando uno toma alcohol para olvidar, luego llega la resaca. Descubrí que en los momentos de la compulsión terminaba teniendo sexo con cualquiera, llegando a situaciones de total degradación y baja. Ahí, cuando te encontrás haciendo cosas que van contra tus principios morales, tus creencias y tu autorrespeto, te decís que algo anda mal".

**Adrián Helien, médico psiquiatra que preside el Capítulo de Sexología y Diversidad Sexual de la Asociación de Psiquiatras Argentinos (APSA)**, advierte que si bien la adicción al sexo es un término controversial que no está categorizado oficialmente en los manuales de psiquiatría, existen dos elementos que pueden definir la adicción al sexo, y que son los mismos que relata Esteban: "Por un lado, un comportamiento sexual que puede funcionar para producir placer y aliviar sentimientos dolorosos de la persona, pero que no puede controlar: hay una recurrente falta de control del comportamiento. Por otro, la continuidad de ese comportamiento a pesar de las consecuencias que son significativamente destructivas para la persona, y muchas veces para un otro".

La controversia en torno a la definición de la adicción sexual, aclara Helien, "es que no sabemos si es una compulsión sexual, una parafilia [patrón de comportamiento sexual en el que la excitación está ligada a situaciones u objetos atípicos] o una adicción al sexo. Existen distintas argumentaciones sobre el tema". Al respecto, **Harry Campos Cervera, psiquiatra miembro de la Asociación Psicoanalítica Argentina** agrega: "Incluso puede tener elementos que están vinculados a trastornos de la personalidad o a la hipersexualidad en personas con trastorno bipolar que tienen un perfil maníaco".

En todo caso, subraya Helien, "es importante hacer una diferenciación entre lo que es una patología y lo que no. Tener un mapa de excitación no convencional, con conductas sexuales por fuera del marco de lo normativo, no constituye una patología en sí misma. Ahora, sí son patológicas las conductas que provocan un malestar significativo para la persona, y no mera desaprobación social; así como también aquellas que causan a otras personas sufrimiento psicológico o una lesión (que puede ser leve, grave o incluso causar la muerte), o cuando involucran en relaciones sexuales a personas que no las consienten o que no están en situación de consentir".

Todas consideraciones que, más allá de su aún ausente definición taxonómica, muestran que la adicción al sexo no se mide en el número de encuentros ni de parejas sexuales, en las horas pasadas mirando pornografía o en las elecciones más o menos desafortunadas de los objetos de deseo. Para que haya adicción tiene que haber alguien que sufre en la búsqueda del placer sexual (muchas veces causando en ese trance sufrimiento a otros de su entorno habitual u ocasional). Y eso no es algo que fácilmente salga a la luz.

## Tocar fondo

"Ésta es una enfermedad de pérdida, en la que no hay nada que ganar. Si no hacés algo, tu destino es la cárcel, el hospital o el cementerio", asegura Esteban, que cuenta que su compulsiva conducta sexual lo llevó a distintas situaciones de riesgo, entre las que cuenta el haber contraído enfermedades de transmisión sexual (ETS), el haber sido citado por la policía por estar en una zona roja o incluso haber sido baleado al aventurarse en lugares peligrosos en busca de sexo. "Uno comienza a recuperarse cuando el dolor producto de esta vida es mayor que el miedo a cambiar", agrega.

A Javier -éste tampoco es su nombre real- fue el haber sido expulsado del lugar donde daba clases, tras un acto de exhibicionismo ante una de sus alumnas, el evento que puso un freno a una historia de distintas conductas compulsivas relacionadas con el sexo (voyeurismo, exhibicionismo, consumo de pornografía, entre otras). "Perder ese trabajo fue tocar fondo, y fue lo que me empujó a buscar ayuda donde la encontrara. Reuní a mis hermanos para decirles que por mi dependencia de la pornografía había llegado a perder mi trabajo. ¡Gran conmoción familiar!", recuerda Javier, que entonces entró al grupo para adictos al sexo, con el que comenzó un lento camino de salida, con muchos altibajos.

Reconocer que se es adicto al sexo no es fácil. Y no sólo porque el sujeto niegue que sus conductas compulsivas constituyen un trastorno, sino porque incluso la misma idea de una adicción al sexo suele ser banalizada y despojada de su verdadero impacto -algo que se refuerza cuando una celebridad alega padecerla para escapar a las consecuencias de una infidelidad o, peor aún, tras un acto de acoso o abuso sexual-. Incluso no son pocos los psicoterapeutas que carecen de una idea formada sobre el tema. "Tengo muchos años de terapia encima, y siempre mis terapeutas me dijeron: «Sos un tipo sexualmente muy activo y si la pasás bien...», y no se daban cuenta de que era la muerte misma esto -recuerda Esteban-. Los terapeutas saben muy poco de adicciones, y menos de adicción al sexo".

Pero, ¿cómo es el tratamiento actual de la adicción al sexo? "En los Estados Unidos hay clínicas, como aquella en la que estuvieron internados Michael Douglas o Tiger Woods. Eso acá, en la Argentina, no existe, porque mientras que en los Estados Unidos se tiende a rotular y a clasificar las patologías en función del objeto de la adicción, aquí lo que se tratan son las adicciones -responde **Juan Eduardo Tesone, médico psicoanalista de la Asociación Psicoanalítica Argentina-**. El abordaje es posible en la medida en que la persona tome en cuenta que su conducta constituye una problemática que debe tratar; si no, no hay mucho para hacer, como en toda adicción".

Sin embargo, advierte **Adrián Helien, médico sexólogo** "no hay un consenso sobre cuál es el abordaje terapéutico de una adicción al sexo. Primero la persona tiene que reconocer esta situación, que ya es un gran paso, porque la mayoría de las veces es negada o no aceptada. A partir de ahí podemos trabajar en la identificación de ideas o creencias que son distorsiones cognitivas que la persona tiene para seguir sosteniendo su conducta. Se puede trabajar también en construir alternativas sexuales placenteras que de alguna

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

manera no sean adictivas, parafílicas o abusivas. Se puede hacer una revisión del rol de género de la persona. En todos estos casos, hay técnicas orientadas a producir cambios cognitivos, cambios en el comportamiento, para reelaborar y construir alternativas sexuales placenteras no adictivas o no parafílicas".

Otro de los caminos para quienes tras haber tocado fondo se enfrentan a lo inevitable de tener que asumir su problema son los grupos de pacientes que trabajan con el formato de alcohólicos anónimos. Existen sólo tres en la Argentina, todos en la ciudad de Buenos Aires, y que funcionan bajo el paraguas de Sexo Adictos Anónimos Argentina. "Las reuniones son cerradas, anónimas, gratuitas: entrás y te encontrás con un grupo de unas 6 a 7 personas, que trabaja sobre una dinámica en la que en la primera mitad de la reunión se comparte literatura sobre el tema, y en la segunda cada uno de los integrantes tiene un espacio para hablar de los temas que los están aquejando. Si quiere puede recibir devoluciones del resto de los compañeros, que les transmiten experiencias y sugerencias", cuenta Esteban.

Los grupos carecen de jerarquías -todos los meses se elige un coordinador de entre los participantes-, y cada uno de los participantes puede elegir un padrino, que es alguien con más experiencia en el grupo que lo ayudará a llevar adelante su propio plan de recuperación. "Son programas con una base espiritual, de 12 pasos, en los que se pone en práctica una serie de herramientas con las cuales trabajamos, y que apuntan a que cada persona elabore un plan sexual: por dónde se puede ir, por dónde no, en qué cosas tener cuidado... Trabajamos con la idea de verde, amarillo y rojo. En todos los casos, es un mapa personal e individual que cada persona elabora, y en cuyo cumplimiento cuenta con la ayuda de su padrino para hacer los deberes".

## Responsabilidad

Las historias de autodestrucción que se comparten dentro de los grupos de Sexo Adictos Anónimos, en las que el mecanismo de la adicción va horadando las relaciones personales, familiares y laborales de quienes las sufren, distan enormemente de buena parte de los casos en los que celebridades salen a decir "perdón, soy adicto al sexo", y en donde la disculpa suena más a una estrategia pensada por un bureau de abogados para que cuando el Harvey Weinstein de turno salga de la clínica de rehabilitación retome sus funciones como si su cuenta con todos aquellos a quienes ha hecho daño estuviese saldada.

"Este ejemplo demuestra hasta qué punto el concepto de adicción al sexo se ha convertido en un elemento disruptivo y sorpresivo. Se lo usa mal y en forma excesiva, como una excusa que carece de significado", declaró David Ley, psicólogo norteamericano, autor de *The Myth of Sex Addiction*, al ser consultado por las declaraciones de Weinstein en las que se define como adicto al sexo.

En vista de casos como el de Weinstein, se entiende el debate aún en curso sobre la necesidad de definir de qué hablamos cuando hablamos de adicción al sexo. Por otro lado, los especialistas consultados coinciden en advertir que, aun aceptando la existencia de

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

este trastorno, padecerlo no implica de ningún modo quedar exento de ser responsable de los perjuicios que el ser adicto al sexo puede ocasionar a terceros.

**Mariela Labozzetta, titular de la Unidad Fiscal Especializada en Violencia Contra las Mujeres del Ministerio Público Fiscal de la Nación**, recuerda que "desde el punto de vista normativo no hay ninguna previsión legal que autorice a disminuir o atenuar un delito asociado a una adicción al sexo".

"Dentro del campo jurídico, lo que puede exceptuar la punibilidad de los actos es una psicosis en la cual el sujeto no tiene conciencia de lo que está haciendo -explica **Juan Eduardo Tesone**-. Pero el adicto al sexo no deja de ser consciente del daño que puede estar produciendo".

"En lo que se puede entender como adicción al sexo, siempre la persona tiene algún grado de conciencia de lo que hace y de lo que hizo; e incluso muchas veces hay una planificación de los actos y de las fantasías en torno a su realización -agrega Adrián Helien-. De ahí que haya una responsabilidad legal cuando sus actos afectan a otras personas, ya sea en forma psicológica o porque ocasionan lesiones de diversa gravedad. En estos casos, la persona tendrá que responder ante la ley por sus actos; otra cosa es el trabajo que hará en terapia para vivir una vida más armónica con él mismo y con la sociedad".

Sebastián A. Ríos

LA NACION 28 DE OCTUBRE DE 2017

<http://www.lanacion.com.ar/2076929-adiccion-al-sexo-entre-el-show-y-el-padecimiento>

- [LA NACION](#)
- [Sábado](#)
- [Sexo](#)

Más sobre [Sexo](#)



12 secretos del orgasmo femenino revelados por Alessandra Rampolla



Playboy dedica su próxima tapa a Hugh Hefner, por primera vez solo un hombre



Sense sex: cómo es el orgasmo cerebral



Por qué el cine necesita coreógrafos sexuales





Las mujeres se aburren primero del sexo

---



Sex in the City: el impacto del sexo en la vida empresaria

---