

# LEON OCIO MOTOR

COMUNICAZIONE

275  
PTS



# SUMARIO

3 a 6	Benavente
7	Yackys Friends
8	Hablemos de Sexo
9 a 11	Economía
12 a 13	Una enfermedad llamada: Paro
14	Una sonrisa saludable
16 a 17	Inspección de Hacienda
18	Arte: Anievas
19	Música clásica
20 a 21	Pasarela
22	Los 40 Principales
23	Artesanía en León
24 a 26	Música: Pop-Rock leonés
29	De comer
31	Sonido: Con las ideas claras
33	Cocktails
35 a 38	Deportes
39	Pintura: Carlos Alvarez Cuenllas
40 a 41	Cine
42 a 54	Motor. Vehículos de ocasión
55	Pasatiempos
56	Agenda



Revista bimensual del motor y sus mercados, Moda, Pintura, Deportes, Hostelería, Música, Cine  
Nº. 8 - Octubre-Noviembre 1996

Depósito Legal LE-611-1995

Dirección Informativa y de Producción: José Manuel Alvarez Garcia  
Colaboradores: Juan Carlos Martínez - Eva Carbajo y Miguel A. Cueto  
- Luis del Cano - José Santos Alvarez M. Carlos del Riego - Maribel  
Marcos - Luis Alvarez - José Luis Marcos - Oscar Herreras.  
Fotos: N. Motorete y Archivo.  
Distribuidora: Mansilla Impresión: Orbiprint

## PUBLICIDAD

ARTE 21, ☎(987) 23 09 08  
Móvil 989 56 30 30  
Renueva 38-1º. - 24002 LEON



# ASLEMO SA

## ASTUR LEONESA DEL MOTOR, S.A.

### VENTAS:

Doce Mártires, 2 - 24004 LEON

☎ 25 20 99

Avda. de Lacia, 42 - 24100 VILLABLINO

☎ 47 17 09

### VENTAS, SERVICIO Y RECAMBIOS:

Ctra. de Santander, Km. 5

☎ 28 16 66 - Fax 28 17 57

24197 VILLARRODRIGO DE LAS REGUERAS (LEON)



# Hablemos de Sexo

## PROBLEMAS DE DOLOR DURANTE LA RELACIÓN SEXUAL

LEON Cicio-NTB

El Vaginismo y la Dispareunia son dos problemas que a menudo suelen ser confundidos aunque en general los especialistas médicos pueden diferenciarlos cómodamente mediante un pequeño examen. El **vaginismo** es una disfunción sexual que consiste en el espasmo o contracción involuntaria de los músculos que rodean el tercio exterior de la vagina, en especial el esfínter vaginal, es decir, se puede impedir la penetración, independientemente del grado de excitación que la mujer pueda llegar a alcanzar. Por su parte, la **Dispareunia** o **Coito Doloroso** es una alteración que se presenta como un dolor cortante, en forma de ardor o quemadura, puede ser en el fondo de la región pélvica, o en el interior de la vagina.

El número de casos de Dispareunia es difícil de delimitar, aunque no por ello deja de ser un problema frecuente entre la población femenina. Se estima que al menos un 15% de las mujeres adultas experimentan molestias coitales. Este tipo de trastorno es un importante obstáculo para disfrutar del sexo y puede llegar a alterar la excitación sexual y el orgasmo.

Es frecuente, en algunos casos, que las mujeres que padecen este tipo de problemas intenten evitar la actividad coital o cualquier tipo de contacto sexual.

El trastorno de vaginismo es menos frecuente. Puede afectar a mujeres de cualquier edad y la gravedad del reflejo de contracción muscular varía según la persona. Es importante en este caso realizar una exploración por parte de los especialistas en ginecología.

La aparición de este problema puede ser temprana, incluso antes de tener lugar el primer coito. También son frecuentes los casos en los que las dificultades aparecen después de que la mujer ha realizado el coito con aparente normalidad en diversas ocasiones. El problema se agudiza en aquellas parejas que desean tener hijos ya que resulta difícil y, a veces, imposible, consumir el acto sexual.



Por tanto, se produce vaginismo cuando la mujer ha aprendido a asociar el dolor y el miedo a la penetración. En algunos casos puede ser el resultado de anteriores experiencias de dolor durante el coito, lo que pudo ser producido por factores orgánicos.

La mayoría de los autores hacen referencia a los procesos de aprendizaje implicados en la adquisición de dicho reflejo. El problema surge al intentar explicar el mantenimiento del problema donde aparecen un mayor número de factores, entre los que es de relevante importancia el papel desempeñado por la pareja.

En CEPTECO el tratamiento de este tipo de problemas suele incluir la intervención y ayuda con el otro miembro de la pareja (si es que se mantiene una relación de pareja en el momento a través de la manifestación de sus propia inseguridad al no saber qué hacer, o por su mismo miedo a hacer daño).

En cualquier caso, el problema suele estar mantenido en casi todas las ocasiones por un factor común: la **ansiedad** mostrada por la mujer ante la penetración.

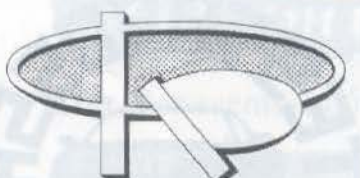
Igualmente, en ocasiones, se encuentran problemas de carácter físico que podrían estar asociados a favorecer la aparición del problema: endometriosis, el daño en el músculo pélvico, la existencia de un himen inflexible.

El desarrollo terapéutico llevado a cabo en CEPTECO, incluye en su análisis y evaluación inicial, cuatro sesiones en las que se pretenden valorar aspectos del desarrollo personal de la mujer, origen del problema, factores que han mantenido o agudizado el problema, relación de pareja y nivel de ansiedad anticipatoria ante distintas situaciones de encuentros sexuales.

Para llevar a cabo el tratamiento, será necesario que la mujer comience por conocer el funcionamiento y sensaciones vaginales experimentadas durante la fase de excitación, para pasar posteriormente a establecer una desensibilización gradual ante las relaciones sexuales y la penetración. Se trata de establecer sensaciones nuevas y agradables, utilizando para ello la relajación muscular y el control voluntario de determinados músculos como el pubococcígeo, responsables de la tensión experimentada en la entrada de vagina. Es importante en todo este proceso, el compromiso de la pareja a la hora de seguir las instrucciones de los terapeutas sin tomar iniciativas por su cuenta mientras dura el tratamiento.

En CEPTECO se cuenta con la colaboración de dos psicólogos terapeutas (ambos Másteres en sexualidad) de distinto sexo, con lo que cada uno de los miembros de la pareja puede contar con el apoyo de ambos a lo largo de todo el tratamiento terapéutico.

Eva Carbajo y Miguel A. Cueto  
(Psicólogos de CEPTECO  
y Másteres en Sexualidad).



**CEPTECO**

**Equipo de Expertos,  
Máster en Terapia Sexual**

### *Centro Psicológico de Terapia de Conducta*

#### **TERAPIA SEXUAL:**

- Varón: Impotencia, eyaculación precóz...
- Mujer: Bajo deseo sexual, anorgasmia...

#### **TERAPIA DE COMUNICACION E INTIMIDAD EN LA PAREJA SERVICIO DE INFORMACION Y EDUCACION SEXUAL**

Plaza Cortes Leonesas, 9 - 6º Dcha.

Teléfono 261562

LEON