

# ¿Qué es Sexoterapia?



**Sexología Clínica o Sexoterapia**, ambos términos adecuados para hacer referencia a lo que las y los sexólogos/os profesionales hacen, y **¿Qué hacen?**

*Aprendamos juntos sobre la sexoterapia, creando posibilidades y hasta encontrando soluciones*

*En sexoterapia, la/el terapeuta hará una exploración de las diversas situaciones sexuales que podemos vivenciar; es frecuente que las/os consultantes asistan cuando ya no*



*toleran más lo que incomoda su sexualidad; si bien esa es una opción, es también cierto que a lo largo de la vida podemos experimentar muchas situaciones agradables sexual y eróticamente que podemos analizar en terapia y sacar de ellas aprendizajes significativos, lo que nos lleva a ampliar el panorama, no solo imaginando que la sexoterapia está hecha para brindar apoyo y solución a problemas.*

Ahora bien, ante las situaciones incómodas que se presenten en torno a la sexualidad, *elige correctamente, pues muchas personas piensan que*



[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)

*deben ser tratadas por médicos/as ginecólogos/as o urólogos/as y esto es comúnmente un error, pues aunque existen algunos aspectos biomédicos, Masters y Jhonson (pioneros en el estudio científico de la sexualidad humana) mencionan que los trastornos sexuales suelen estar asociados a problemas psicológicos y que responden a diversas causas; no por ello son psicólogas/os quienes deben atender esta situación, ya que carecen de información sexológica, así pues las/os sexólogas/os (profesionales con grado de **Maestría** certificado) son las/os profesionales indicadas/os ya que saben claramente que la sexualidad tiene un componente más amplio que el puramente orgánico, extendiéndose a niveles afectivos y socioculturales, entonces, la sexoterapia se ocupa del tratamiento de las problemáticas sexuales, independientemente de su origen orgánico o psicológico, donde se busca que todos los individuos puedan vivir su sexualidad con bienestar y placer.*



Álvarez - Gayou explica que la terapia sexual incluye un conjunto de técnicas y estrategias psicoterapéuticas cuya finalidad es ayudar a la persona o pareja a *resolver* los



diferentes tipos de dificultades sexuales que les afecten, de acuerdo con la amplia y variada gama de situaciones que se pueden presentar.

Un punto importante dentro de la sexoterapia es que tiene como fundamento ofrecer a la persona *un ambiente que facilite la oportunidad para mejorar su conocimiento de sí misma y su autoestima*, y así, ayude a corregir los defectos producidos por el aprendizaje del ambiente, pues se ha visto que la gran mayoría de los problemas sexuales provienen de carencias educativas y de la falta de conocimientos sobre las funciones sexuales. *El terapeuta sexual apunta a mejorar la salud sexual y la comunicación de la pareja o familia*, a proporcionar información



adecuada, *corrigiendo las creencias erróneas acerca de la sexualidad*, de modo que ésta sea integrada *naturalmente en un clima de aceptación del placer* como un componente vital individual y en la relación de pareja.

Ahora bien, *hay diversidad de personas que pueden acudir a sexoterapia*, desde niñas/os, adolescentes, adultos, añosos (personas en



[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)

la vejez), personas con discapacidad, mujeres embarazadas, etc. pues la sexualidad siempre está presente, *incluso aunque no se tenga alguna problemática*, los temas pueden ser diversos: preferencia genérica (Homo, Bi, Hetero), expresiones del comportamiento sexual, disfunciones sexuales, fantasías sexuales, celos, relaciones de pareja (cerrada, abierta, monógama, polígama, poliamorosa), infecciones de transmisión sexual, aborto, embarazo y sexualidad, métodos antifecondativos, actitudes ante la



sexualidad, etcétera, *seguro la posibilidad de asistir como medio para seguir explorando, conociendo y enriqueciendo tu sexualidad y placer es una buena opción.*

## Sex. Alejandro Espinosa

Alejandro Espinosa está orgulloso de haber estudiado sexología en el Instituto Mexicano de Sexología y de pertenecer a Centro Liber AC desde donde puede compartir y trabajar con el tema de sexualidad.

### PROXIMO BOLETIN: "DURMIENDO CON EL EX"

**Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda puedes consultar nuestra página [www.centroliber.com](http://www.centroliber.com) o escríbenos a [centroliberhgo@centroliber.com](mailto:centroliberhgo@centroliber.com)**



El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".





*Aprendizaje y crecimiento trascendente*  
Psicología, Tanatología, Sexología y Más...  
[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)



*Un lugar para educar sobre sexualidad y  
encontrar herramientas para disfrutar  
del placer...*

**Netzahualcoyotl #9. Col. Centro  
Texcoco, Edo. Mex.  
egoxss@yahoo.com.mx  
01(595)9550613**