

TENDENCIAS

¿Por qué algunas personas lloran después del sexo?

El Ciudadano · 31 de julio de 2016





Contrario a los que muchos creían, también hay hombres que lloran después de mantener una relación sexual. De acuerdo con la sexóloga Daysi Guzmán, hombres y mujeres pueden reaccionar de esa forma tras establecer un encuentro sexual ya sea por un asunto de origen orgánico-hormonal o por un tema de origen psicológico.

Esa reacción se le atribuye a una afección denominada disforia postcoital, PCD por sus siglas en inglés. Ocurre por los diversos cambios químicos que experimenta el organismo después de un orgasmo. La afección, también conocida como depresión después del sexo, se caracteriza por los siguientes elementos: aparecen sentimientos de desánimo o de profunda tristeza y puede durar varios minutos u horas. En algunos casos también podrían ocurrir agresiones.

La disforia postcoital se diferencia del síndrome post orgásmico porque este último es infrecuente y es exclusivamente de origen orgánico. Se produce, según la sexóloga, por una deficiencia de progesterona o alergia al semen. Entre los síntomas están: apatía, escozor en los ojos y lagrimeo. Este, a diferencia de la disforia, podría prolongarse por varios días después del coito. El llanto después del sexo es bastante común, de acuerdo con la especialista.

Ella basa su afirmación en su experiencia y en un artículo publicado en la revista científica *International Journal of Sexual Health*, en el que se asegura que un 10% de mujeres admitió que en ocasiones se sentían deprimidas o angustiadas después del sexo. En una investigación que fue publicada en la revista científica *Sexual*

Medicine, en cambio, se aseguró que hasta el 46% de las mujeres participantes -195 mujeres- reportó haber padecido los síntomas de disforia postcoital o depresión post sexo al menos una vez.



Las razones por las que se produce el llanto expuestas en esa investigación coinciden con las que dio Guzmán: serían causadas por cambios hormonales que ocurren después del orgasmo. En el caso de las mujeres, la psicóloga Lori Brotto comentó en la revista Men's Health que “el cuerpo de una mujer pasa a través de una larga lista de cambios hormonales y neurológicos durante las relaciones sexuales, y es posible que uno de éstos sea el que provoque las lágrimas”. ¿Cómo debe manejar la pareja ese tema?

Una vez aclarado que las lágrimas, en hombres y mujeres, no están necesariamente relacionadas con una mala relación íntima, la especialista recomienda tratar el tema con calma y mantener una comunicación sincera, pues algunos de los dos podría atribuir las lágrimas de su pareja a asuntos de infidelidad, por ejemplo. Y si las lágrimas causan mucho malestar al hombre o a la mujer, la recomendación es visitar a un especialista: ginecólogo, psicólogo,

sexólogo.

Vía **EL COMERCIO**

Fuente: [El Ciudadano](#)