CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · DISFUNÇÕES SEXUAIS

Transtorno do interesse/excitação sexual

Falta persistente de interesse pela atividade sexual ou de excitação durante ela, que causa mal-estar. Nos homens, chama-se desejo sexual hipoativo.

SINAIS FREQUENTES

- Pouco interesse por sexo
- Poucas fantasias ou iniciativa
- Mal-estar pessoal ou no relacionamento

ORIENTAÇÕES PARA VOCÊ

1. Revise cansaço, estresse, medicação e hormônios
2. Dedique tempo à intimidade sem pressão
3. Terapia sexual ou de casal

PARA A FAMÍLIA E AS PESSOAS PRÓXIMAS

1. Busquem tempo de intimidade sem pressão pelo sexo
2. Conversem sobre cansaço, estresse e carga mental

QUANDO PEDIR AJUDA

1. Revise medicação e hormônios com seu médico
2. Se gerar conflitos no relacionamento

PARA OBSERVAR E ANOTAR

☐ Tenho pouco interesse por sexo

☐ Quase nunca tenho fantasias sexuais

☐ Raramente tomo a iniciativa

☐ Tenho dificuldade de me excitar

☐ O sexo me dá pouco prazer

☐ Acontece há meses

☐ Isso causa mal-estar em mim ou no meu parceiro ou na minha parceira

☐ Estou muito cansado/a ou estressado/a

RECURSOS GRATUITOS

- Teste online e orientações: clinicavivaldi.com/pt/trastorno/trastorno-del-interes-o-la-excitacion-sexual
- Guia gratuito: Casal: clinicavivaldi.com/pt/guia-pareja
- Na Espanha: linha 024 (conduta suicida, 24 h) · Emergências 112