

Parasomnias del sueño NREM: Sexomnia

Brito-Rey, R.M.^{1,2}; Payo-Rodríguez, C.^{1,2}; Fernández-Alonso, L.^{1,2}; García-Cerdán, C.^{1,2}; Munaiz-Cossío, C.^{1,2}; González-Bolaños, R.K.^{1,2}; Gallego de Dios, MT.^{1,2}

¹Servicio de Psiquiatría, Complejo Asistencial Universitario de Salamanca (CAUSA), Salamanca, España.

²Instituto de Investigación Biomédica de Salamanca, Salamanca, España.

INTRODUCCIÓN:

- Entre los trastornos del despertar del sueño NO REM se incluye:
 - El sonambulismo.
 - Los terrores nocturnos.
 - Los despertares confusionales.
 - Parasomnias NO REM
 - Sexomnia
 - Trastorno de alimentación relacionado con el sueño.
- Los trastornos del despertar del sueño NO REM no se limitan a la infancia, sino que también son prevalentes en adultos (2-4% de la población adulta).
- Los pacientes con estos trastornos pueden presentar:
 - Mayor riesgo de lesiones (a sí mismos y a los demás).
 - Excesiva somnolencia diurna
 - Dolor
 - Disminución en su calidad de vida.

OBJETIVOS:

- Determinar el estado actual de conocimiento en relación con la sexomnia

MATERIALES Y MÉTODOS:

- Revisión bibliográfica, Pubmed
- Palabra clave "sexomnia"
- Estudios entre 2019 y 2024
 - 29 resultados

RESULTADOS:

- La sexomnia fue descrita por primera vez en Singapur, en 1986, en relación a un caso de masturbación durante el sueño de un hombre casado.
- Se considera un subtipo de despertar confusional (Clasificación Internacional de Desórdenes del Sueño, 3ª edición).
- Se caracteriza por la presencia de conductas sexuales durante el sueño, auto o heterodirigidas.
 - Incluye desde masturbación, gemidos o vocalizaciones u orgasmos espontáneos, hasta relaciones sexuales con penetración.
- En general, no se conserva recuerdo posterior de estas conductas.
- No parece que los episodios de sexomnia se relacionen con sueños eróticos o de otro contenido.
- A pesar del creciente número de estudios, se considera una condición infradiagnosticada. Los sentimientos de vergüenza y el desconocimiento de que estas conductas constituyen un problema médico, dificultan que los pacientes soliciten ayuda profesional.
- Los estudios realizados reportan una mayor prevalencia en varones (84%), con un rango de edad comprendido entre los 14 y los 77 años, aunque lo más típico es que se incide en la edad adulta temprana (26-33 años).
- Existe una elevada comorbilidad con otras parasomnias del sueño NREM (sonambulismo, trastorno de alimentación relacionado con el sueño, etc).
- Condiciones como la apnea obstructiva del sueño, el trastorno por movimientos periódicos de los miembros, el síndrome de piernas inquietas, el bruxismo, el consumo de alcohol u otras sustancias de abuso o algunos medicamentos, pueden actuar como factores predisponentes o desencadenantes.
- Aunque la mayoría de los casos son leves, la sexomnia puede acarrear consecuencias negativas a nivel psicosocial para el sujeto y su pareja.
 - En ocasiones se asocia con lesiones físicas y agresiones sexuales.
- En cuanto al tratamiento, se han empleado de forma anecdótica:
 - Clonazepam, Lamotrigina, Trimipramina, Fluoxetina, Paroxetina, Escitalopram y Duloxetina
- En algunos casos se ha conseguido remisión completa con el adecuado abordaje de la apnea del sueño comórbida.
- A nivel psicoterapéutico se tiende a preferir terapias cognitivo conductuales multicomponente dirigidas de forma específica hacia los factores facilitadores y precipitantes de estas parasomnias.

CONCLUSIONES:

- Es necesario realizar más investigación en este campo para conseguir un mayor entendimiento sobre el impacto psicosocial de la sexomnia y sobre los diferentes abordajes terapéuticos para este trastorno.

BIBLIOGRAFÍA:

- Idir Y, Oudiette D, Arnulf I. Sleepwalking, sleep terrors, sexomnia and other disorders of arousal: the old and the new. J Sleep Res. 2022 Aug;31(4):e13596. doi: 10.1111/jsr.13596. Epub 2022 Apr 6.
- Toscanini AC, Marques JH, Hasan R, Schenck CH. Sexomnia: case based classification and discussion of psychosocial implications. Sleep Sci. 2021 Apr-Jun;14(2):175-180.
- Mundt JM, Schuiling MD, Warlick C, Dietch JR, Wescott AB, Hagenaaers M, Furst A, Khorrarnadel K, Baron KG. Behavioral and psychological treatments for NREM parasomnias: A systematic review. Sleep Med. 2023 Nov;111:36-53. doi: 10.1016/j.sleep.2023.09.004. Epub 2023 Sep 6.
- Mainieri G, Loddo G, Provini F, Nobili L, Manconi M, Castelnovo A. Diagnosis and Management of NREM Sleep Parasomnias in Children and Adults. Diagnostics (Basel). 2023 Mar 27;13(7):1261.
- Andersen ML, Schenck CH, Tufik S. Understanding Sexual Parasomnias: A Review of the Current Literature on Their Nature, Diagnosis, Impacts, and Management. Sleep Med Clin. 2024 Mar;19(1):21-41.
- Holoyda B. Forensic Implications of the Parasomnias. Sleep Med Clin. 2024 Mar;19(1):189-198.
- Avidan AY. The Clinical Spectrum of the Parasomnias. Sleep Med Clin. 2024 Mar;19(1):1-19.
- Brás J, Schenck CH, Andrade R, Costa AP, Teixeira C, Meira E Cruz M. A challenging case of sexomnia in an adolescent female presenting with depressive-like symptoms. J Clin Sleep Med. 2023 Oct 1;19(10):1845-1847.