

ACTIVIDAD SEXUAL EN EL PACIENTE CARDIOVASCULAR

PE-FR-132 V001

INTRODUCCIÓN

CON EL DIAGNÓSTICO DE UNA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR; ¿SE PUEDE TENER RELACIONES SEXUALES?

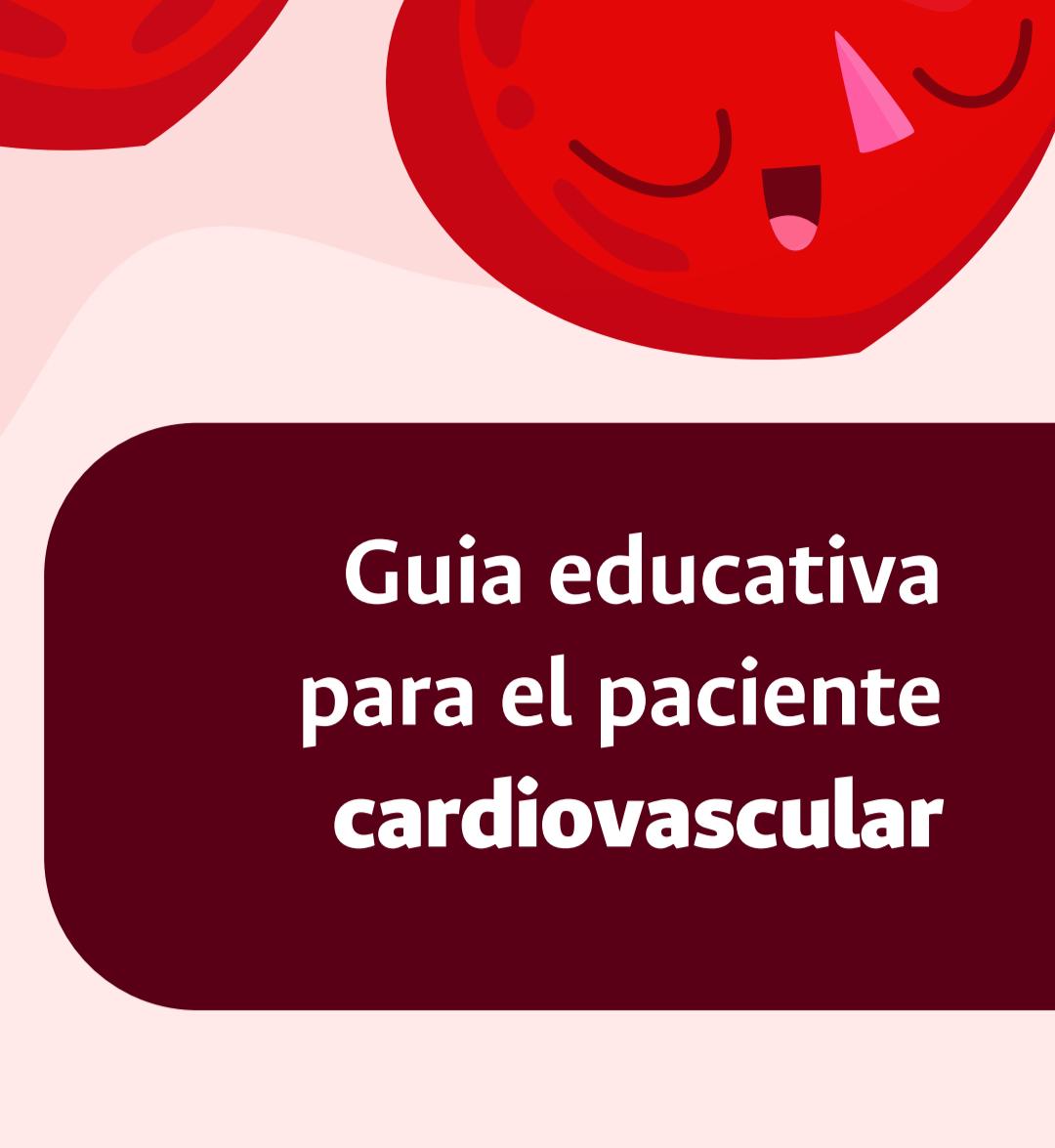
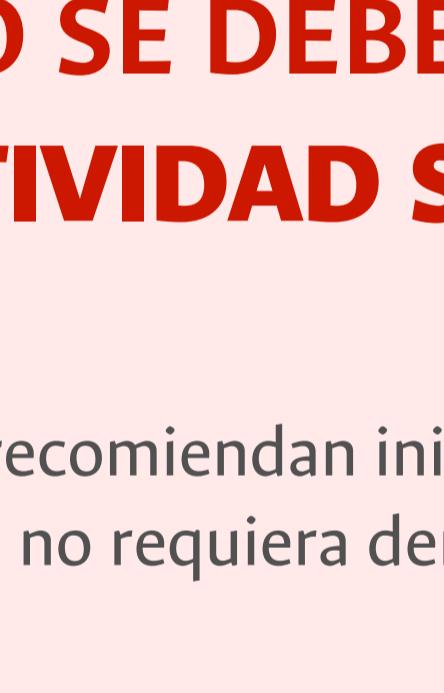
El esfuerzo físico que requiere una relación sexual es similar al que se requiere para subir dos pisos de escaleras.

La capacidad de subir dos pisos de escaleras sin dolor en el pecho o fatiga excesiva indica que desde el punto de vista físico la persona puede mantener relaciones sexuales plenas.

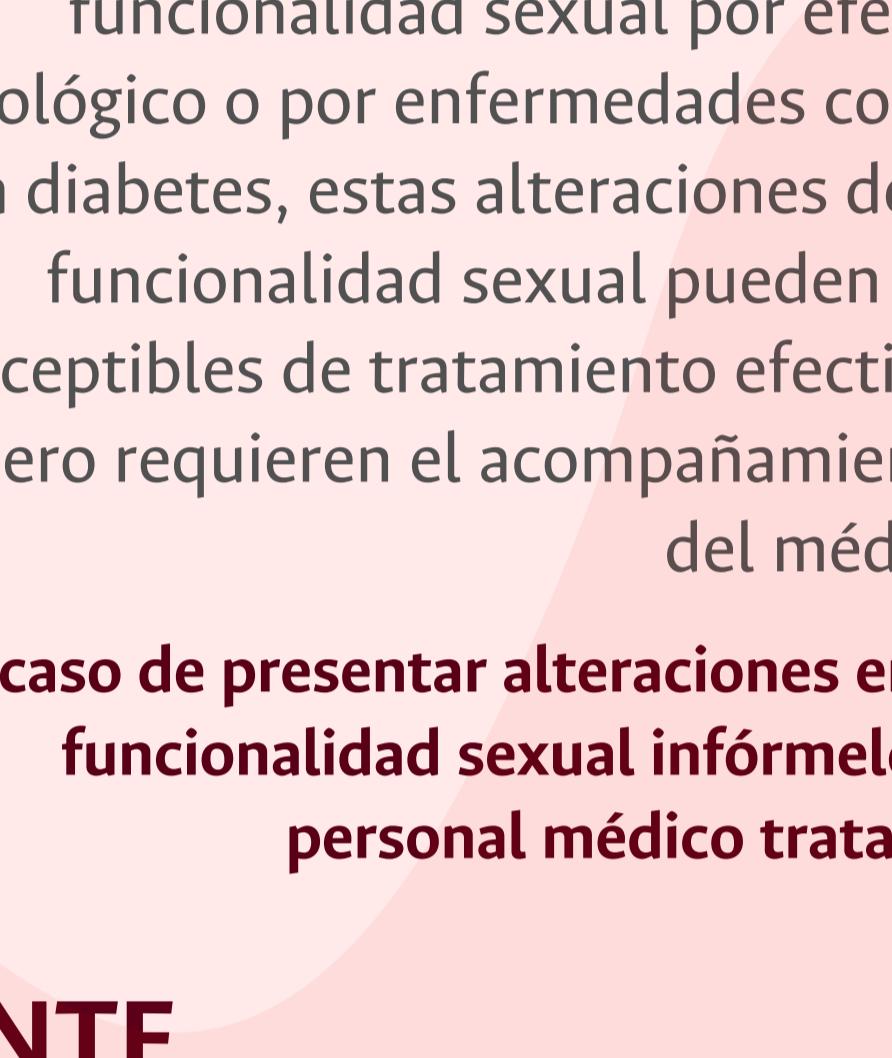
DESPUÉS DE UN INFARTO; ¿EN CUÁNTO TIEMPO SE PUEDEN RETOMAR LAS RELACIONES SEXUALES?

Luego de un infarto agudo al miocardio, la persona debe volver poco a poco a retomar su vida como antes del evento. El inicio de la rehabilitación cardiaca intrahospitalaria le ayudará a ganar confianza respecto a su percepción del esfuerzo y de los síntomas de alarma.

Se recomienda iniciar la actividad sexual siete días después del alta hospitalaria, estando alerta a los síntomas que puedan aparecer.



Guía educativa
para el paciente
cardiovascular



¿LOS MEDICAMENTOS CAMBIARÁN SU VIDA SEXUAL?

Al presentarse alteraciones de la funcionalidad sexual por efecto farmacológico o por enfermedades como la diabetes, estas alteraciones de la funcionalidad sexual pueden ser susceptibles de tratamiento efectivo, pero requieren el acompañamiento del médico

En caso de presentar alteraciones en la funcionalidad sexual infórmelo al personal médico tratante

SÍNTOMAS DE ALARMA DURANTE LA ACTIVIDAD SEXUAL



Dolor opresivo o punzante en el pecho



Fatiga excesiva



Desmayos o mareos



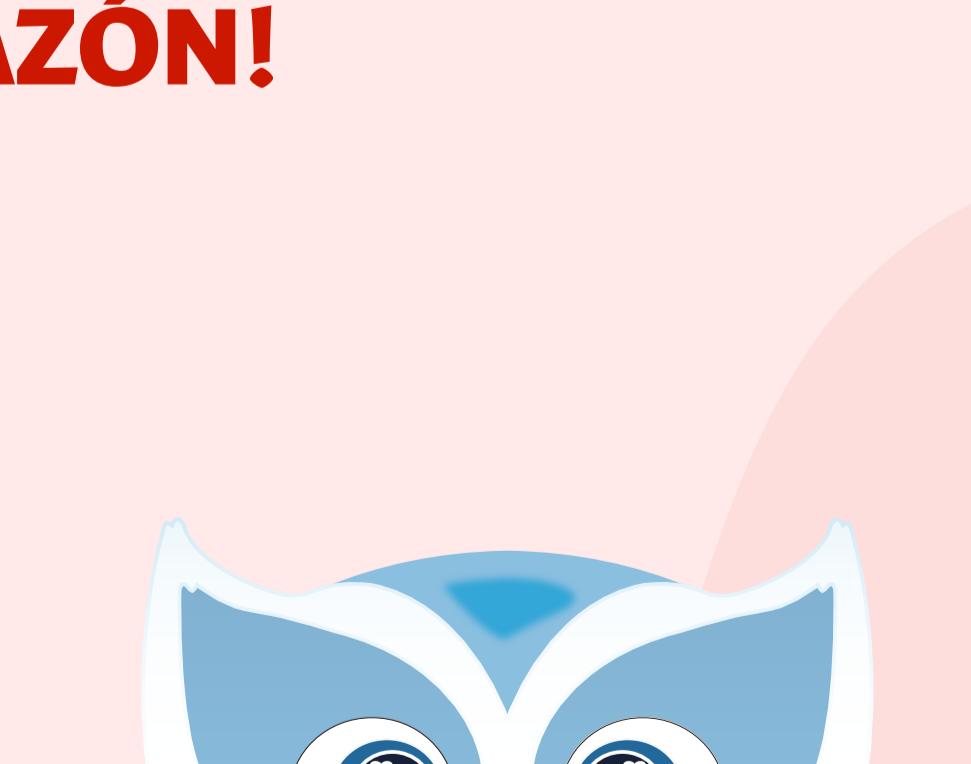
Látidos irregulares

¿CÓMO SE DEBE DESARROLLAR LA ACTIVIDAD SEXUAL?

1 Se recomiendan inicialmente posiciones que no requiera demasiado esfuerzo físico.

2 No mantener posiciones que impliquen realizar fuerza.

3 Mantenga una comunicación clara con su pareja.



A LA HORA DE ENFRENTARSE A LA INTIMIDAD CON SU PAREJA

Es normal que el miedo a retomar la actividad sexual esté presente, es por ello que se recomienda:

Comunicación con su pareja, donde se expongan miedos y preocupaciones.

Aplicar técnicas de respiración para reducir y controlar la ansiedad.

