

SE PUBLICA ON LINE EN 'CIRCULATION: JOURNAL OF THE AMERICAN HEART ASSOCIATION'

Practicar sexo es seguro para los pacientes con enfermedades del corazón estables

Según declaran expertos en un comunicado de la American Heart Association, el sexo no implica un mayor riesgo para las personas que padecen o han sufrido enfermedades cardiovasculares. De hecho, según ellos, la ausencia de sexo está relacionada con la ansiedad y la depresión.

SINC

19/1/2012 21:00 CEST

La carencia de relaciones sexuales se relaciona con ansiedad y depresión

Los pacientes con una enfermedad cardiovascular estable pueden tener relaciones sexuales sin que esto suponga un riesgo para su salud, según afirman expertos de diferentes disciplinas en un comunicado de la American Heart Association (AHA).

En las declaraciones, publicadas en la versión web de la revista *Circulation: Journal of the American Heart Association*, Glenn Levine, investigador del Baylor College of Medicine de Houston (EE UU), afirma que "la actividad sexual aporta una mayor calidad de vida a personas que sufren alguna enfermedad cardiovascular, y a sus parejas".

"Algunos pacientes con este tipo de enfermedades tienden a posponer sus relaciones sexuales pese a que es relativamente seguro para ellos",

reconoce Levine, autor principal de las declaraciones.

Esta carencia acarrea consecuencias negativas ya que a menudo se relaciona con ansiedad y depresión. Otro argumento de los expertos es que la probabilidad de sufrir afecciones cardíacas, como dolores en el pecho o ataques al corazón, es reducida en el lapso de tiempo que dura un encuentro erótico.

Consejos

Sin embargo Levine admite que “para algunos pacientes, como los que sufren una enfermedad cardíaca severa y que presentan síntomas incluso en reposo, puede ser razonable aplazar su actividad sexual hasta que estén evaluados y estabilizados”.

En el documento, la AHA recomienda que tras ser diagnosticados, los pacientes deberían ser evaluados por su médico antes de reanudar la actividad sexual.

Para quien haya sufrido un ataque al corazón o insuficiencia cardíaca, el ejercicio físico regular y la rehabilitación pueden reducir el riesgo de complicaciones cardiovasculares.

Entre sus recomendaciones la Asociación Americana del Corazón también propone a las mujeres con problemas del corazón que acudan a recibir consejo sobre si conviene y es seguro usar métodos anticonceptivos y pasar por un embarazo.

Referencia Bibliográfica

Elaine E. Steinke, Faisal G. Bakaeen, Biykem Bozkurt, Melvin D. Cheitlin, Jamie Beth Conti, Elyse Foster, Tiny Jaarsma, Robert A. Kloner, Richard A. Lange, Stacy Lindau, Barry J. Maron, Debra K. Moser, E. Magnus Ohman, Allen D. Seftel y William J. Stewart. "Sexual Activity and Cardiovascular Disease A Scientific Statement From the American Heart Association". *Circulation: Journal of the American Heart Association*. 2012. DOI:10.1161/CIR.0b013e3182447787

Derechos: **Creative Commons**

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)