

---

Tener sexo después de un ataque cardíaco ¿sí o no?

15/11/2015



Pese a las creencias y temores populares, los expertos en cardiología de la Clínica Mayo afirman que (tras un infarto) una persona puede reiniciar su actividad sexual sin mayores riesgos, en cuestión de días, semanas o meses, dependiendo siempre de su situación en particular.

Las estadísticas muestran que los ataques cardíacos que ocurren durante la relación sexual son menos del 1%, y la misma tasa rige tanto para los hombres que ya sufrieron un infarto como para aquellos con enfermedad arterial coronaria.

Además, las instancias en que ocurre una muerte cardíaca súbita durante las relaciones sexuales son muy pocas y la mayoría de muertes durante el coito han sucedido en hombres, que -en el 75% de los casos- mantenía relaciones extramaritales.

En casi todos los casos, los fallecidos se encontraban con una pareja más joven, en un ambiente extraño y posiblemente también habían consumido excesiva cantidad de comida y alcohol antes de su fallecimiento.

Después de un ataque cardíaco, se debe considerar lo siguiente respecto a la reanudación de las relaciones sexuales:

- Capacidad de realizar bien la ergometría. Que es la prueba para evaluar el rendimiento del corazón durante la actividad leve a moderada. Los pacientes que pasan la prueba sin presentar síntomas de esfuerzo cardíaco, ni angina, ni dificultad para respirar, ni arritmias, posiblemente pueden reanudar la actividad sexual.

- Angioplastia o colocación de stent vascular para restablecer la circulación sanguínea a las arterias coronarias. Esta práctica, por lo general, permite reanudar la actividad sexual en cuestión de días. Ese intervalo es necesario para permitir que cicatrice el sitio de la punción, normalmente ubicado en la parte superior de la ingle o en el brazo.

- Cirugía a corazón abierto. Que generalmente no permite realizar ninguna actividad sexual durante seis a ocho semanas a fin de dar tiempo a que el esternón cicatrice. El tiempo de recuperación puede ser considerablemente más corto con la cirugía robótica y otras cirugías de invasión mínima.

- Es importante conversar con el médico respecto a las circunstancias personales. El médico puede recomendar que el paciente descanse bien, que evite parejas y sitios desconocidos, además de que se abstenga de comer o beber en exceso.

Existen algunas circunstancias en las que no se recomienda reanudar la actividad sexual, como por ejemplo ante problemas de arritmia descontrolada e insuficiencia cardíaca en deterioro.