

CAMBIOS EN LA VIDA SEXUAL DEL VARÓN POR LA ENFERMEDAD CARDÍACA

Dr. Santiago Cedrés.

La gran mayoría de las enfermedades médicas repercuten en forma negativa sobre el funcionamiento sexual de la persona y la pareja, pero una situación especial es la afectación sexual del varón luego de una enfermedad cardíaca.

La mayoría de los pacientes con insuficiencia cardíaca muestran una pérdida en el deseo sexual: casi el 60% manifiestan no tener ningún interés o una disminución marcada del mismo, 10% una pérdida ligera y sólo el 25% ningún cambio. No está claro si esta disminución del deseo ocurre debido a la dificultad de realizar el coito o si es consecuencia de la propia insuficiencia cardíaca y su tratamiento. En la población sana, el 80% de los hombres, permanecen interesados en la actividad sexual a lo largo de su vida. En la población con insuficiencia cardíaca, la frecuencia de actividad sexual es mucho más baja.

De la insuficiencia cardíaca, se demostró en un estudio en Los Angeles en el 2005, que de 180 pacientes, aproximadamente el 20% informaron no tener ningún problema, 30% disminuyeron la frecuencia y el 50% eran incapaces de tener relaciones sexuales.

Los datos internacionales sobre los hombres que tuvieron infarto muestran que solo una cuarta parte se mantienen sin cambios en su vida sexual. La mitad informan que han empeorado, y la otra cuarta parte cesan totalmente su actividad sexual.

Estas repercusiones en la vida sexual, son mucho más marcadas cuando se trata de pacientes en los que se realizó angioplastia o by-pass coronario.

Un aspecto fundamental es saber la calidad de vida sexual previa. Si la pareja tenía una relación sexualmente difícil antes, es casi seguro que va a empeorar en forma notoria luego de aparecida la cardiopatía. De hecho, la tensión de la enfermedad y/o el tratamiento y su rehabilitación pueden exacerbar cualquier problema presente antes del evento. El simple hecho de saberse "enfermo del corazón" o que es sobreviviente a un infarto que pudo haber sido fatal, genera una minusvalía en el paciente que repercute en su seguridad sexual.

Una vez que aparece la enfermedad cardíaca, el primer paso es ir a consultar al médico sexólogo, para exponer las preocupaciones y realizar todas las preguntas que necesite. Es fundamental despojarse de los miedos y las falsas creencias sobre cómo continuar la vida sexual.

El segundo paso deberá ser involucrar a la pareja dentro del programa de la rehabilitación cardíaca integral, que incluya además del ejercicio, la dieta y el control del sobrepeso y el tabaquismo, el diagnóstico y la valoración del médico sexólogo

sobre las disfunciones sexuales que presente y como prevenir las que todavía no aparecieron.

El tercer paso es comenzar con un tratamiento sexológico específico para las disfunciones detectadas, para garantizar una sexualidad placentera, con vistas a mejorar la calidad de vida.

Todo esto debe encararse con la entera convicción de que el funcionamiento sexual pleno del paciente con cardiopatía puede lograrse efectivamente si se cuenta con la adecuada y oportuna rehabilitación sexológica.

TEST DE FUNCIONAMIENTO SEXUAL PARA VARONES.

Sólo una respuesta válida por ítem.

I - Comparada con las relaciones que te brindaban más placer, ¿cuán placentera es tu vida sexual actualmente?

- | | Puntos |
|------------------------|----------------------------|
| A. Sin placer | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Poco placentera | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. Algo placentera | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Bastante placentera | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Muy placentera | <input type="checkbox"/> 5 |

II - ¿Cuán frecuentemente te involucras en actividades sexuales (coito, masturbación, fantasías)?

- | | Puntos |
|---|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (una vez al mes o menos) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (más de una vez al mes, hasta dos veces a la semana) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de dos a la semana) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Todos los días | <input type="checkbox"/> 5 |

III - ¿Cuán frecuentemente tienes deseo de mantener alguna actividad sexual?

- | | Puntos |
|---|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (una vez al mes o menos) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (más de una vez al mes, hasta dos veces a la semana) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de dos a la semana) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Todos los días | <input type="checkbox"/> 5 |

IV - ¿Cuán frecuentemente tienes pensamientos sobre el sexo?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (una vez al mes o menos) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (más de una vez al mes, hasta dos veces por semana) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de dos veces por la semana) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Todos los días | <input type="checkbox"/> 5 |

V - ¿Disfrutas de libros, películas, videos, obras de arte o música con contenido sexual?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (una vez al mes o menos) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (más de una vez al mes, hasta dos veces por semana) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de dos veces por semana) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Siempre | <input type="checkbox"/> 5 |

VI - ¿Cuánto placer obtienes de pensar o fantasear en el sexo?

- | | Puntos |
|---------|----------------------------|
| A. Nada | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Poco | <input type="checkbox"/> 2 |

- C. Algo 3
- D. Mucho 4
- E. Enorme 5

VII - ¿Con qué frecuencia logras una erección?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (una vez al mes o menos) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (más de una vez al mes, hasta dos veces por semana) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de dos por semana) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Todos los días | <input type="checkbox"/> 5 |

VIII - ¿Logras la erección con facilidad?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (menos de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (cerca de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Con frecuencia (más de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Siempre | <input type="checkbox"/> 5 |

IX - ¿Eres capaz de mantener la erección?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (menos de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (cerca de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Con frecuencia (más de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Siempre | <input type="checkbox"/> 5 |

X - ¿Con qué frecuencia tienes erecciones dolorosas?

- | | Puntos |
|---|----------------------------|
| A. Todas las veces | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Frecuentemente (más de la mitad de las veces). | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (cerca de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Raramente (menos de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Nunca | <input type="checkbox"/> 5 |

XI - ¿Con qué frecuencia tienes una eyaculación?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (menos de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (cerca de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Siempre | <input type="checkbox"/> 5 |

XII - ¿Eres capaz de tener un orgasmo cuando lo deseas?

- | | Puntos |
|--|----------------------------|
| A. Nunca | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Raramente (menos de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. A veces (cerca de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 3 |
| D. Frecuentemente (más de la mitad de las veces) | <input type="checkbox"/> 4 |
| E. Siempre | <input type="checkbox"/> 5 |

XIII – ¿Cuánto placer obtienes de tus orgasmos?

- | | Puntos |
|-------------------|----------------------------|
| A. Ningún placer | <input type="checkbox"/> 1 |
| B. Poco placer | <input type="checkbox"/> 2 |
| C. Algo de placer | <input type="checkbox"/> 3 |

- D. Mucho placer 4
- E. Enorme placer 5

Coloca a la izquierda el puntaje correspondiente:

= Placer (ítem I)

= Deseo/frecuencia (ítem II + III)

= Deseo/interés (ítem IV + V + VI)

= Excitación/Erección (ítem VII + VIII + IX + X)

= Orgasmo (ítem XI + XII + XIII)

= Puntaje total (ítems I al XIII)

Si obtiene un puntaje **por debajo de la tasa de corte** (los números que están en **negrita**) en alguna de las escalas indicará que está padeciendo disfunción sexual y debe consultar al médico sexólogo

Puntaje total para el cuestionario:	49 (rango de 13 a 65)
Placer sexual:	4 (rango de 1 a 5)
Deseo sexual/frecuencia:	8 (rango de 2 a 10)
Deseo sexual/interés:	11 (rango de 3 a 15)
Excitación/Erección:	13 (rango de 4 a 20)
Orgasmo:	13 (rango de 3 a 15)