



RECOMENDACIONES AL ALTA SOBRE SU SEXUALIDAD

Lo que deberíamos saber sobre la Salud Sexual y la enfermedad cardíaca:

1. La enfermedad cardíaca no es un obstáculo para su sexualidad.
2. Las alteraciones a nivel sexual que pueda presentar no tienen por qué ser definitivas.
3. La reanudación de la actividad sexual ha de ser progresiva, al igual que la actividad física.
4. Iniciar la actividad sexual tras un período de descanso (descanso nocturno, siesta, etc).
No es recomendable tras comidas copiosas, consumo de alcohol o ejercicios bruscos.
5. Buscar posiciones cómodas y que requieran menos esfuerzo físico. Y en caso de esternotomía evitar el apoyo corporal sobre los brazos.

No olvide que hay múltiples formas de satisfacer su sexualidad.

En caso de dudas consulte con el personal sanitario de confianza.

UGC Área del Corazón, H. Virgen del Rocío.
Mayo 2014