

VIVIR EN MÁLAGA

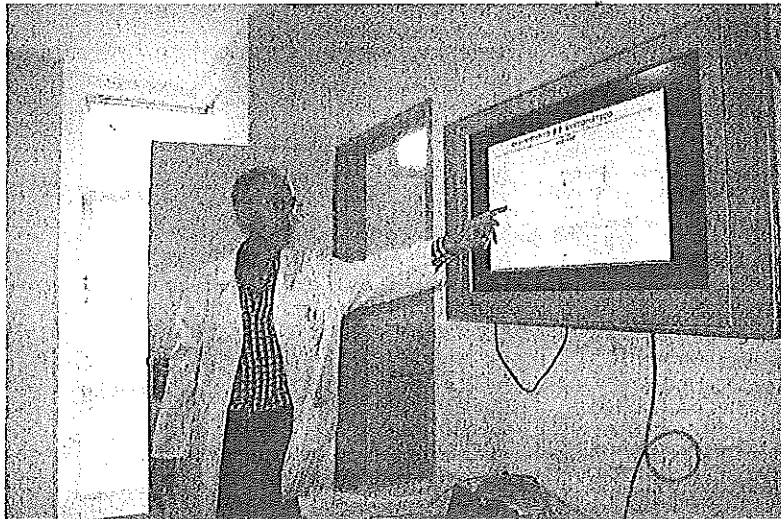
Sexo con el corazón tocado

El Clínico aborda en talleres las dificultades de los pacientes con insuficiencia cardíaca para las relaciones sexuales, que son posibles si hay una tolerancia mínima al ejercicio físico

Leonor García MÁLAGA

La sexualidad no es igual con el corazón tocado. Y no precisamente dañado por las penas de amor, sino golpeado por la enfermedad. Dos de cada tres personas con insuficiencia cardíaca sufren alteraciones en sus relaciones sexuales en distinto grado. Los médicos creen que es hora de sacudirse los tabúes y abordar el tema para tratar de aportar soluciones, que las hay, y para que la sexualidad se disfrute sin riesgos. La preocupación tiene sus razones. Hay enfermos que durante años visitan a su cardiólogo y su médico de cabecera y "ni los facultativos preguntan por su esfera sexual, ni los pacientes hablan", advierte el urólogo Antonio Quiñero. Y añade: "Los enfermos esperan que sea el profesional el que planteé el tema".

Las alteraciones sexuales afectan en similar proporción a hombres y mujeres. Entre el 60 y el 70% de los pacientes con insuficiencia



Antonio Quiñero en una de las charlas a los pacientes.

Si en el acto sexual sufren fatiga intensa o dolor torácico deben consultar al médico

cardíaca las padecen. Ellos sufren disfunción eréctil. Ellas, bajo deseo sexual y sequedad vaginal.

De cara a dar calidad de vida a los enfermos, la sexualidad es uno de los apartados que el Hospital Clínico aborda en los talleres para pacientes con problemas cardíacos. Quiñero advierte: "Que ningún paciente deje la medicación para el corazón porque le cause alteraciones sexuales porque lo prioritario es el corazón. Pero debe comunicar los efectos secundarios a su médico". Sólo así el profesional podrá ayudarle para que tenga una vida de pareja lo más normal posible.

Las alteraciones sexuales en



Uno de los talleres para enfermos con insuficiencia cardíaca organizados por el Hospital Clínico.

estos enfermos tienen causas mixtas. La primera, la biológica. De hecho, ciertas patologías sexuales suelen anticipar y predecir un problema cardiovascular. La segunda, la psicológica. Muchos pacientes sienten miedo y ansiedad sobre los efectos que puede tener sobre su salud el esfuerzo físico de un encuentro sexual. La tercera, la farmacológica. Hay medicamentos para el corazón que disminuyen la libido o provocan disfunción eréctil.

Quiñero hace una aclaración fundamental: "La mayoría de los pacientes con una patología cardíaca, estables en su enfermedad, pueden tener relaciones sexuales siempre que tengan una tolerancia mínima al ejercicio físico". Hay grados de insuficiencia cardíaca. Los niveles son cuatro, según una clasificación científica. Los dos más graves son los que pueden tener la sexualidad más comprometida. En todo caso, si al mantener relaciones sexuales la persona sufre sensación de asfixia, dolor torácico o fatiga intensa debe consultar a su médico.

Dada la vergüenza que sienten muchos pacientes para hablar sin tapujos del tema, el Clínico ideó un cuestionario voluntario que se les entrega a los usuarios del gimnasio de Rehabilitación Cardíaca para conocer la dimensión del problema. Las respuestas dan pie luego a

La patología repercute en la pareja del enfermo que a veces teme someterlo a un esfuerzo

que el asunto se aborde en los talleres con pacientes y a que estos se atrevan a preguntar. Quiñero añade otro matiz a tener en cuenta: "La patología no afecta únicamente al paciente, sino también a la pareja". No sólo porque ésta puede que no disfrute como antes debido a las alteraciones sexuales de su compañero/a, sino porque le preocupa someterlo/al esfuerzo físico del acto sexual. Aunque haya que tomar otras precauciones —distintas de las de los 30 años— a la hora de tener sexo, los médicos insisten en que la sexualidad es calidad de vida y que ahí están ellos para ayudar. Porque el corazón puede estar tocado, pero no hundido.

Delgados con el metabolismo enfermo

Efe MÁLAGA

Un equipo de investigadores del Centro de Investigación Biomédica en Red-Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN) ha demostrado que las personas delgadas también pueden tener enfermedades metabólicas. La investigación, dirigida por Francisco Tinahones, del Hospital Clínico, se basa en una muestra de 92 individuos con peso normal cuyo

perfil adiposo presenta características similares al tejido graso de obesos y tiene, por tanto, probabilidad de desarrollar afecciones metabólicas. El estudio, publicado en la revista *Translational Research*, acaba así con el mito de que el peso equilibrado para cada estatura (llamado normo peso) es un buen indicador de salud.

Hasta ahora, se había probado la existencia de personas obesas metabólicamente sanas, pero no al

contrario, de modo que este trabajo refuerza la tesis de que mantener un perfil metabólico saludable (con alimentación equilibrada, ejercicio, descanso nocturno, etc), es un concepto que va más allá del peso corporal.

La obesidad está asociada con un alto nivel de infiltración de macrófagos en el tejido adiposo, que son claves para desarrollar posibles enfermedades metabólicas, explica el CIBEROBN en una nota.

Para el estudio, el equipo de investigadores se fijó en los monocitos y los macrófagos, dos tipos de glóbulos blancos que son claves para el sistema inmunológico, ya que actúan comiéndose el material extraño que detectan en el cuerpo.

El grupo de Tinahones estudió los tejidos adiposos a nivel subcutáneo y visceral para observar las diferencias en la infiltración, inflamación y adipogénesis de los monocitos y los macrófagos en indivi-

duos de peso normal con enfermedades metabólicas. "Tomadas las muestras, se evidencia un diferente grado de infiltración de macrófagos entre el tejido subcutáneo y visceral, siendo el mayor a nivel subcutáneo que en visceral. Este hecho corrobora la hipótesis de que el tejido adiposo subcutáneo puede enfermar al inicio de la enfermedad metabólica y que algunas personas pueden enfermar sin tener obesidad", explica el doctor.

Por tanto, estudiar los macrófagos del tejido subcutáneo es clave para predecir riesgo de alteraciones metabólicas en pacientes.