DIABETES Y SALUD SEXUAL MASCULINA

Son muchos los factores que pueden causar problemas sexuales a los hombres con diabetes. Es importante tenerlos en mente para que pueda trabajar en conjunto con su equipo de atención médica, para mejorar su salud sexual.

Factores Psicológicos, Conductuales Y Emocionales

- Sentirse deprimido o estresado puede interferir con la función sexual normal. El mal uso del alcohol, tabaco u otras drogas también puede interferir.
- La falta de ejercicio y el sobrepeso aumentan las probabilidades de desarrollar disfunción eréctil (DE, la incapacidad de lograr y mantener una erección suficiente para tener relaciones sexuales).
- Las preocupaciones relacionadas con el desempeño sexual pueden llevar a evitar la intimidad sexual.

Azúcar En La Sangre Y Función Sexual

- Un nivel de azúcar en la sangre mal controlado puede afectar su energía, ánimo y pensamiento, lo cual puede disminuir su interés en la intimidad o actividad sexual.

Testosterona Baja

- Esta afección es más común en los hombres con diabetes que en los que no tienen diabetes.
- Entre los síntomas que se presentan pueden incluirse un bajo nivel de energía, bajo deseo sexual, DE, ánimo depresivo y pérdida de masa muscular.

Daño A Los Nervios Y Vasos Sanguíneos

- Los nervios "autónomos" regulan automáticamente muchas funciones de su cuerpo, incluso las relacionadas con las relaciones sexuales. Las erecciones requieren un flujo sanguíneo saludable.
- Una diabetes mal controlada puede dañar los nervios autónomos y los vasos sanguíneos del pene, lo que puede causar DE.

Medicamentos

- Los medicamentos utilizados de forma común pueden causar o contribuir a una disfunción eréctil (DE).

Recomendaciones Generales

- Hable con su pareja sexual cuando tenga inquietudes sobre su intimidad y desempeño sexual. Su pareja no sabrá qué es lo que quiere o disfruta, a menos que lo comunique.
- Hable con su médico de atención primaria cuando tenga inquietudes sobre su intimidad y desempeño sexual. No deje de tomar sus medicamentos ni comience a tomar suplementos antes de hablarlo con su médico.
- Podemos ayudarlo a sentirse mejor y funcionar mejor. Nos centramos en una alimentación saludable, buena hidratación, actividad física, vacunas, uso seguro de medicamentos, formas de monitorear su salud y cambiar sus comportamientos.

Una relación sexual saludable es una parte importante de la vida de la mayoría de las personas. ¿Tiene preguntas para nosotros? Escríbalas aquí:

Reviewed By GVO October 2016

DIABETES Y SALUD SEXUAL FEMENINA

Son muchos los factores que pueden causar problemas sexuales a las mujeres con diabetes. Es importante tenerlos en mente para que pueda trabajar en conjunto con su equipo de atención médica, para mejorar su salud sexual.

Factores Psicológicos, Conductuales Y Emocionales

- Sentirse deprimido o estresado puede interferir con la función sexual normal. El mal uso del alcohol, tabaco u otras drogas también puede interferir.
- La falta de ejercicio o el sobrepeso pueden disminuir su interés en tener intimidad sexual o relaciones sexuales.
- Las preocupaciones relacionadas con el desempeño sexual pueden llevar a evitar la intimidad sexual.

Daño A Los Nervios Y Vasos Sanguíneos

- Los nervios "autónomos" regulan automáticamente muchas funciones de su cuerpo, incluso las relacionadas con las relaciones sexuales. Es necesario que sus nervios y flujo sanguíneo sean saludables para lograr la excitación sexual, la lubricación vaginal y los orgasmos.
- Una diabetes mal controlada puede dañar los nervios autónomos y los vasos sanguíneos de los genitales y la vagina, lo cual puede causar sequedad vaginal, disminución de la sensibilidad y disfunción sexual. Estos problemas pueden empeorar con las duchas vaginales.

Azúcar En La Sangre Y Función Sexual

- Un nivel de azúcar en la sangre mal controlado puede afectar su energía, ánimo y pensamiento, lo cual puede disminuir su interés en la intimidad o actividad sexual.
- Un nivel alto de azúcar en la sangre aumenta sus probabilidades de desarrollar una infección por levadura dolorosa.

Hormonas

- Los niveles hormonales cambian durante el ciclo menstrual, el embarazo y la menopausia. Las hormonas pueden alterar los niveles de azúcar en la sangre.

Embarazo

- Algunas pastillas anticonceptivas aumentan los niveles de azúcar en la sangre. A veces pueden complicar otros problemas de salud, como presión sanguínea alta.
- Si un embarazo no sería problemático para usted, trabaje estrechamente con su equipo de atención médica para mantener sus niveles de azúcar en la sangre controlados *antes* de embarazarse.

Medicamentos

- Los medicamentos utilizados de forma común pueden causar o contribuir a una disfunción sexual.

Recomendaciones Generales

- Hable con su pareja sexual cuando tenga inquietudes sobre su intimidad y desempeño sexual. Su pareja no sabrá qué es lo que quiere o disfruta, a menos que lo comunique.
- Hable con su médico de atención primaria cuando tenga inquietudes sobre su intimidad y desempeño sexual. No deje de tomar sus medicamentos ni comience a tomar suplementos antes de hablarlo con su médico.
- Podemos ayudarlo a sentirse mejor y funcionar mejor. Nos centramos en una alimentación saludable, buena hidratación, actividad física, vacunas, uso seguro de medicamentos, formas de monitorear su salud y cambiar sus comportamientos.

Una relación sexual saludable es una parte importante de la vida de la mayoría de las personas. ¿Tiene preguntas para nosotros? Escríbalas aquí:

Reviewed By GVO October 2016