

# CONSEJOS PARA LA SALUD SEXUAL EN LA MUJER EMBARAZADA

**AUTORAS:** Belén Shahrour Romera (belen\_shahour@hotmail.com) , Ester Ortega Pérez

## INTRODUCCIÓN

La sexualidad es una parte importante de la salud y el bienestar. Durante el proceso de embarazo y conforme avanza este, el comportamiento sexual tiende a modificar, con un mayor efecto negativo hacia el deseo sexual consecuencia de los cambios anatómicos, fisiológicos, la imagen corporal y los tabúes tradicionales.

## OBJETIVO

Conocer los cambios en las percepciones y la actividad sexual durante el embarazo.

## METODOLOGÍA

Búsqueda bibliográfica en las bases de datos CochranePlus, Medline y UpToDate, usando como palabras clave “sexualidad”, “embarazo” y “riesgos”, en el periodo de tiempo comprendido entre los años 2010 y 2015.

## RESULTADOS

Durante el proceso de embarazo con frecuencia se produce una disminución de la relación sexual entre los padres, del deseo sexual, del placer y por tanto, de la frecuencia coital.

Se ha observado que en ciertas circunstancias, la actividad sexual puede ser factor de riesgo, describiéndose como contraindicaciones las situaciones de aborto habitual, incompetencia cervical, amenaza de parto pretérmino, hemorragia genital y enfermedades de transmisión sexual, entre otras. Cuando la relación sexual es viable, las parejas suelen demandar información y consejos sobre cambios del cuerpo y la sexualidad en dicha etapa.

El interés sexual femenino en el embarazo disminuye ligeramente en el primer trimestre y lo hace de manera brusca al final del tercero, siendo estos cambios en conjunto notablemente variables y especialmente, en el segundo trimestre, mientras el interés sexual masculino permanece casi invariable.

## CONCLUSIONES

1. El personal sanitario debe aportar información en el abordaje de las relaciones sexuales.
2. Las relaciones sexuales no perjudican la evolución del embarazo, excepto en situaciones en las que no sean recomendables.
3. La satisfacción sexual no cambia durante el embarazo existiendo disminución de la frecuencia de actividad sexual durante el tercer trimestre.