



**BOLETÍN DE PRENSA**

Ciudad de México, miércoles 20 de septiembre de 2023

No. 468/2023

## **IMSS recomienda a adultos mayores atender su salud sexual para fortalecer bienestar físico y emocional**

- **El doctor Alejandro Herrera Landero, coordinador de Programas Médicos en la División de Excelencia Clínica, destacó que un adulto mayor que goza de su sexualidad logra una mejor calidad de vida**
- **Mejora su circulación sanguínea, fortalece los músculos de la pelvis y libera endorfinas que ayudan a aliviar estrés y dolor, a la vez que promueve vínculos emocionales, conexión con la pareja y autoestima.**
- **Hizo un llamado a que las personas de más de 60 años acudan a su Unidad de Medicina Familiar para atender problemas como dificultad de erección en el caso de hombres y lubricación en mujeres.**

La salud sexual en el adulto mayor le permite mantener un bienestar emocional, fortalecer relaciones sociales y su estado físico, lo que va a contribuir a prevenir enfermedades, informó el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

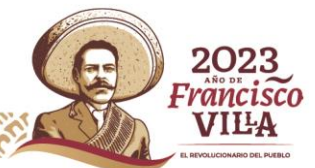
El doctor Alejandro Herrera Landero, coordinador de Programas Médicos en la División de Excelencia Clínica del IMSS, señaló que un adulto mayor que goza de su sexualidad logra una mejor calidad de vida y es un mito que no la ejerzan, sino más bien se puede haber modificado la forma en que la experimentan.

“No simplemente es el coito como habitualmente entendemos la sexualidad, sino que el adulto mayor va a disfrutar de la planeación, caricias, la compañía”, dijo.

El especialista destacó que la vida sexual en el adulto mayor mejora su circulación sanguínea, fortalece los músculos de la pelvis y libera endorfinas que ayudan a aliviar estrés y dolor, a la vez que promueve vínculos emocionales, conexión con la pareja y autoestima.

Hizo un llamado a que las personas de más de 60 años acudan a su Unidad de Medicina Familiar (UMF) si no están satisfechas con su vida sexual, tienen dudas, problemas de erección en el caso de hombres, lubricación en mujeres o de cualquier tipo en su salud general.

“Es importante la salud física que juega un papel relevante en las condiciones médicas crónicas que promueven la fatiga, el dolor, sumado al uso de ciertos medicamentos, que





podrían afectar la libido. La salud mental y emocional también es relevante, ya que la depresión, la ansiedad y el estrés, son factores que influyen en la disminución del deseo sexual, las relaciones y en general todo el contexto”, indicó.

Herrera Landero reportó que entre los principales padecimientos del adulto mayor que atiende el Instituto Mexicano del Seguro Social, hay algunos que pueden afectar su vida sexual, como las enfermedades cardiovasculares, neurológicas, cáncer, diabetes, neoplasias, artritis, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), e insuficiencia renal, entre otras.

Tan solo en 2022, el IMSS atendió alrededor de 11 millones de adultos mayores por enfermedades del corazón; 10 millones por diabetes mellitus; un millón por artropatías; 600 mil por hiperplasia prostática; 600 mil por trastornos mentales y del comportamiento; 400 mil por EPOC; 273 mil por Enfermedad Renal Crónica (ERC) y 120 mil por tumores malignos de próstata o mama.

“Los medicamentos por sí solos pueden favorecer o disminuir el deseo sexual y también las infecciones de transmisión sexual. Aunque es menos común en los adultos mayores, pueden afectar la salud sexual si no se tratan adecuadamente”, subrayó.

Entre los hábitos que se recomiendan para procurar la salud sexual del adulto mayor están la actividad física regular, una dieta equilibrada, buena salud mental, mantener relaciones sociales y apropiados hábitos de sueño.

Herrera Landero recordó que el Seguro Social cuenta con programas y estrategias para promover la salud integral del adulto mayor, como GeriatriIMSS, Envejecimiento Activo y el Centro de Atención Social a la Salud de las y los Adultos Mayores (CASSAAM).

---oOo---

#### LINK DE FOTOS

<https://drive.google.com/drive/folders/1xxmBLvLRyVAhIhe-Ef6AmTybsC0yFNZ6?usp=sharing>

#### LINK DE VIDEO

<https://imssmx.sharepoint.com/:v/s/comunicacionsocial/Eer56J-7qXNPg9jkiqj1WwBxFoE5iHhJXA8wKcEGi5Zlw?e=tRXI6v>