cuidateplus.marca.com
Fecha Publicación: martes, 05 de abril de 2022
Páginas: 5
Valor Publicitario: 6427,14 €
V. Únicos: 8082072

Así afecta consumir marihuana a tus relaciones sexuales

Cerca de 3 millones de españoles consume de forma habitual marihuana, de las que un buen porcentaje la incluirá en sus relaciones sexuales. Conocer sus efectos es importante para detectar posibles problemas relacionados con el sexo.

Actualizado a: Martes, 5 Abril, 2022 00:00:00

La mayoría de los efectos de la marihuana en el sexo son negativos (Ilustración: Miguel Santamarina)

Joanna Guillén Valera

Aunque la marihuana no es la droga más habitual cuando hablamos de relaciones sexuales, la realidad es que mucha gente consume esta sustancia de manera habitual. De hecho, según los últimos **datos del Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías**, **más de tres millones de personas consumen habitualmente cannabis en España, lo que indica que es una droga que está presente en un buen número de encuentros sexuales**", señala Jesús Rodríguez,

cuidateplus.marca.com
Fecha Publicación: martes, 05 de abril de 2022
Páginas: 5
Valor Publicitario: 6427,14 €
V. Únicos: 8082072

sexólogo y director del Instituto Sexológico Murciano. Al ser una sustancia psicotrópica, **¿qué efectos puede tener en nuestras relaciones sexuales? ¿afecta para bien o para mal? ¿y a largo plazo?**

Para los expertos consultados por CuídatePlus, el principal riesgo de consumir esta u otra sustancia de este tipo está en las conductas de riesgo. Tal y como señala Rodríguez, "**muchos estudios encuentran una relación directa entre el consumo de marihuana y un aumento de las conductas de riesgo, especialmente en cuanto al uso del condón**".

"Estos pacientes", añade **Francois Peinado**, jefe de Servicio de Urología del Complejo Hospitalario Ruber Juan Bravo 39, en Madrid, "**perciben las situaciones de riesgo sexual en menor medida por lo que son más proclives a no utilizar medidas profilácticas** en las relaciones con personas desconocidas y por tanto

cuidateplus.marca.com
Fecha Publicación: martes, 05 de abril de 2022
Páginas: 5
Valor Publicitario: 6427,14 €
V. Únicos: 8082072

puede haber un aumento en la transmisión de enfermedades de transmisión sexual".

Aunque es cierto que, como apunta Rodríguez, todo dependerá de la persona, ya que "**los efectos agudos del cannabis son muy variables y depende del tipo de personas que lo consume, de la dosis, del contenido de THC, de la forma de administración, así como de la personalidad, las expectativas y experiencia previa del sujeto y del contexto en que se consume**". En algunos sujetos, especialmente en consumidores inexpertos o tras dosis elevadas, "pueden aparecer síntomas de ansiedad, disforia o ideación paranoide, que habitualmente desaparecen de forma espontánea en pocas horas", especifica Rodríguez. En otros casos, "**los consumidores pueden experimentar una ligera euforia, sensación de relajación, risas, alteración de la percepción del tiempo y aumento del apetito**". Por tanto, señala Peinado, " los efectos en las personas son diferentes según la respuesta química".

No hay que olvidar que "los cannabinoides que contiene la marihuana son muy liposolubles por lo que permanecen mucho tiempo en el organismo depositados en el tejido graso. El pico plasmático de concentración es a los 10-20 minutos de haber fumado y a los 30- 60 minutos de haber ingerido la sustancia. **La vida media de eliminación es de unas 30 horas, pudiéndose detectar metabolitos en orina durante 2-4 semanas**", explica Rodríguez.

Efectos para la salud sexual y no sexual

En cuanto a los efectos del consumo de marihuana en la salud, el más evidente, sin duda es el de la dependencia. "Los efectos negativos son la habituación y dependencia que puede crear incrementando los niveles de ansiedad en los pacientes", y como resultado, "**muchos pacientes pueden referir eyaculación precoz, e incluso problemas de disfunción eréctil a largo plazo**", informa Peinado. A corto plazo, esta droga puede hacer que los hombres se relajen demasiado y, por tanto, "que no alcancen el orgasmo", añade el urólogo.

Pero también puede tener efectos graves a largo plazo. Y es que, según señala Peinado, "**hay estudios que también lo han relacionado con una probabilidad**

cuidateplus.marca.com
Fecha Publicación: martes, 05 de abril de 2022
Páginas: 5
Valor Publicitario: 6427,14 €
V. Únicos: 8082072

de aumento de cáncer de testículo por la cantidad de receptores químicos al cannabis en este órgano".

Otros efectos que se han visto en otras investigaciones es la "correlación entre el consumo crónico de marihuana y **disminución de la testosterona, e, incluso, llegando a provocar cuadros de hipogonadismo de inicio tardío**", apunta Rodríguez.

Más allá de los efectos sobre la salud sexual, es importante recordar que este tipo de sustancias psicotrópicas, tienen un efecto negativo en la salud física y mental de los consumidores. Como recuerda Rodríguez, "**el consumo habitual de cannabis puede producir déficits neuropsicológicos persistentes**, fundamentalmente alterando la atención, la memoria, la velocidad psicomotora o funciones ejecutivas (flexibilidad mental, capacidad de toma de decisiones, inhibición de respuesta a información irrelevante)".

Además, añade el experto, "**su consumo es un factor de riesgo para la esquizofrenia en sujetos vulnerables, sobre todo en relación con el consumo de dosis altas, preparados potentes e inicio precoz en el consumo**".

Por otro lado, a nivel físico "se considera que puede alterar la funcionalidad respiratoria y aumentar el riesgo de cáncer y aumentar el riesgo cardiovascular y también se sabe que altera nuestro sistema inmunológico", señala el sexólogo.

Efectos ¿positivos?

Parece que han quedado claros los efectos negativos de la marihuana, sobre todo, a largo plazo. Sin embargo, también es cierto que su consumo esporádico puede ayudar a determinadas personas. Como señala el experto, "aunque parece que su consumo de forma crónica afecta de forma negativa a nuestro rendimiento sexual tanto en hombres como mujeres, **es posible que en determinados casos el consumo puntual pueda tener algún efecto positivo**", eso sí, todo ello "dependiendo de las variables antes comentadas". Un ejemplo del posible efecto positivo sería su uso "en aquellas personas que por una u otra razón las relaciones sexuales le generan ansiedad o temor podría ayudarles a **estar más tranquilos**". Sin embargo, hay que señalar también que "su consumo también podría afectarles

cuidateplus.marca.com
Fecha Publicación: martes, 05 de abril de 2022
Páginas: 5
Valor Publicitario: 6427,14 €
V. Únicos: 8082072

de manera diferente y no siempre provoca relajación".

Por su parte Peinado señala que es cierto que "algunos pacientes en consulta refieren que aumenta su capacidad de excitación y deseo sexual, y esto es así porque "este tóxico se une a receptores neuroquímicos, particularmente la dopamina que está relacionada con la sensación de placer y recompensa". En cualquier caso, "**sólo debería usarse bajo supervisión de un médico".**