



## Sexo x Artrite reumatoide

Algo que percebo nas redes sociais é que em alguns casos depois que a pessoa tem o diagnóstico de AR, acaba se fechando e acha que não pode mais fazer tudo o que fazia antes, na minha opinião é tudo uma questão de adaptar-se a nova condição e procurar outros meios de se relacionar com o seu parceiro(a). Algo que é determinante para uma vida sexual com AR é a compreensão do parceiro(a), e paciência para determinados momentos, pois depois da doença, além da dor, a nossa auto estima fica lá em baixo.

Algo que percebi nos momentos de crises, é que após o sexo minhas dores diminuam e eu fico mais disposta, meu marido até brinca quando eu tenho dor, dizendo que eu preciso do meu "tratamento especial" para melhorar. Estudos dizem que o toque, o carinho, o afeto e o contato com a pele do ser amado podem aumentar a produção de endorfinas e outras enzimas que ajudam no alívio da dor. Mas enfim, depois da AR nem tudo está perdido, é possível sim viver bons momentos ao lado de quem se ama, e aproveitá-los ao máximo, tentando sempre descobrir o melhor jeitinho para tudo.

Texto por [Dayane Ferreira @CompartilhandoAR](#)

[Read More](#)

---