

IMPOTENCIA/DISFUNCION ERECTIL

¿Qué es la disfunción eréctil?

La disfunción eréctil es la incapacidad para mantener la erección lo suficientemente rígida para permitir una relación sexual satisfactoria.

¿Es muy frecuente la disfunción eréctil?

La frecuencia de la disfunción eréctil aumenta con la edad y afecta al 14% de los varones de 40 a 49 años, al 25% de hombres de 50 a 59 y al 49% de 60 a 69 años. Existen **factores de riesgo vascular** como la hipertensión, la diabetes, el tabaquismo o el aumento del colesterol que producen lesiones progresivas en todas las arterias del cuerpo. Las arterias del pene tienen menos diámetro que las arterias coronarias que irrigan al corazón y muchas veces se obstruyen inicialmente las arterias del pene.

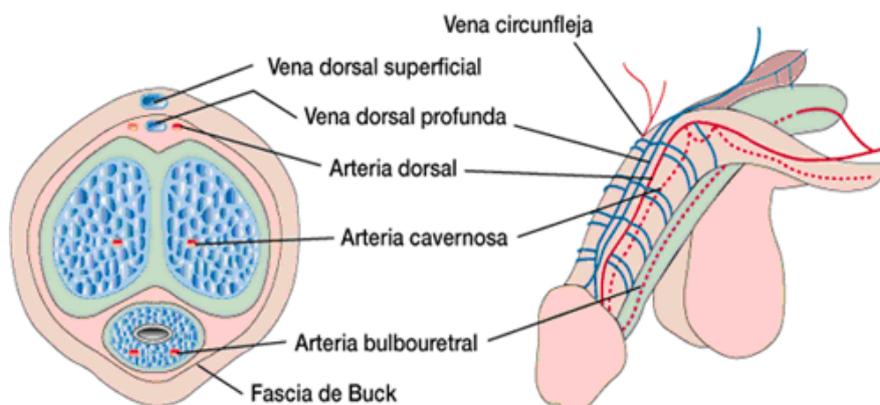
Múltiples trabajos han demostrado que los pacientes con riesgo vascular pueden desarrollar inicialmente una disfunción eréctil. Si estos factores de riesgo no se corrigen, la enfermedad vascular avanza y puede producirse un infarto de miocardio y enfermedades vasculares en el cerebro, en el corazón y en todas las arterias del organismo.

En este sentido es muy importante saber que **la disfunción eréctil puede ser una «señal de alarma»** que nos avisa que las arterias se están cerrando. Cuando un paciente, con factores de riesgo cardio-vascular presenta disfunción eréctil debe consultar para prevenir enfermedades del corazón.

¿Por qué se produce la disfunción eréctil?

El pene consiste en dos columnas de tejido eréctil que se denominan cuerpos cavernosos (producen la erección) y un conducto (uretra) por donde sale la orina. (Figura 1). Durante la erección, este tejido eréctil se rellena de sangre, el pene aumenta de tamaño y se vuelve rígido.

Figura 1. Anatomía del pene



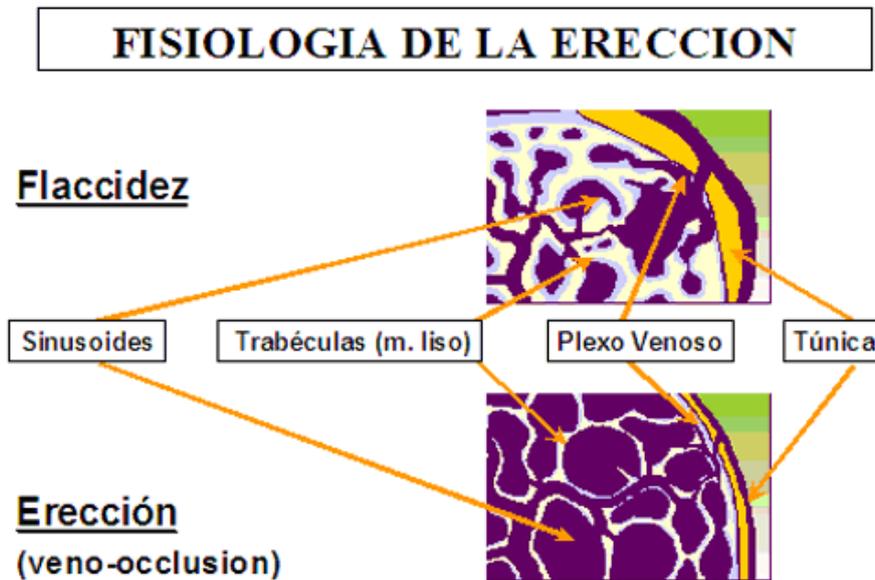
En los cuerpos cavernosos existen unas cavidades que se llaman sinusoides y en flaccidez están vacíos. Cuando se produce la erección, llega gran cantidad de sangre a los cuerpos cavernosos y estos sinusoides se relajan y almacenan la sangre. Una adecuada entrada y almacenamiento de sangre produce el aumento del tamaño y la rigidez del pene. (Figura 2). Si la sangre no entra

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

correctamente, o bien se escapa de los sinusoides, entonces se produce una dificultad para lograr y/o mantener la rigidez.

Figura 2. Como se produce la erección



La erección es un fenómeno neurológico y vascular. Al cerebro llegan estímulos pro-eréctiles y estímulos inhibitorios. El cerebro procesa toda la información y trasmite las órdenes al pene a través de la médula espinal y los nervios erectores. Cualquier enfermedad o trastorno que afecte al cerebro, médula espinal, nervios erectores y pudendos puede producir impotencia.

La disfunción eréctil puede ser orgánica (origen físico) o psicológica (origen psicológico). No obstante, en muchos pacientes con disfunción eréctil de origen orgánico se añade un componente psicológico (ansiedad por el rendimiento) que la agrava.

Qué tratamientos existen?

Actualmente existen distintas opciones terapéuticas. El tratamiento debe ser personalizado y las soluciones son mejores cuando se conoce la causa y es posible actuar sobre ella.

En pacientes con impotencia de origen psicológico es fundamental un asesoramiento psicológico para hablar de la disfunción eréctil con él y con su pareja y ayudarles a superar el problema. Es muy importante tranquilizarlos y disminuir la tensión en la relación de pareja. Si existe una depresión o un problema psicológico acusado puede ser necesario un tratamiento médico.

En los pacientes con disfunción eréctil hormonal, existe un déficit de testosterona y responden muy bien a un tratamiento sustitutivo con esta hormona (ver apartado descenso del deseo sexual). Actualmente en pacientes con déficit de testosterona podemos administrar esta hormona en forma de gel, parche o inyección.

En pacientes jóvenes con disfunción eréctil arterial debemos realizar un eco-doppler peneano enfocado a una microcirugía de revascularización peneana.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

En pacientes con factores de riesgo vascular (hipertensión, colesterol, tabaco, diabetes) deben corregirse estos factores para evitar que desarrollen una enfermedad cardiovascular grave (infarto de miocardio, arterioesclerosis, etc...). La corrección de estos factores mejora los problemas de erección.

Tratamiento natural

Productos como **Sexovit® Forte (HealthAid)** pueden ser beneficioso ya que contiene entre otros, L-arginina, L-Carnitina y Ginseng:

***L-arginina**, es un aminoácido presente en un elevado porcentaje en el fluido seminal. Es el agente vasodilatador más importante que interviene en la erección del pene. Es precursor de la formación de óxido nítrico y actúa en los cuerpos cavernosos por ello se lleva empleando desde hace tiempo como coadyuvante en el tratamiento de las disfunciones eréctiles.

Además, se ha observado que el contenido de L-Arginina en los espermatozoides

***L-Carnitina** es similar a la testosterona, por lo cual ayuda a mejorar el deseo y satisfacción sexual, además de ser muy recomendada para quienes sufren de problemas de erección y tienen dificultad para alcanzar el orgasmo. Gracias a su capacidad de aumentar la agilidad y la respuesta física, es ideal para quienes buscan mejorar la potencia, el vigor y el rendimiento sexual.

***El ginseng** ayuda a que las erecciones puedan ser por mayor tiempo, mejorando el rendimiento, tiempo y control. Incrementa los niveles de libido y deseo, ya que mejora el flujo sanguíneo y tiene la capacidad de aumentar la testosterona.

Maca amarilla (*Lepidium meyenii*) (Nutrinat Evolution)

La maca es una planta que crece en las altiplanicies andinas de Perú, a 4.000-4.500 metros, donde se emplea como afrodisíaca y para favorecer la fertilidad tanto en hombres como en mujeres.

En los hombres, se le otorga, entre otras, la propiedad de mejorar la función de la próstata, favoreciendo la producción, la cantidad y la calidad de los espermatozoides. Además, su contenido en el aminoácido L-Arginina ejerce un efecto vasodilatador (aporta más sangre en la zona pélvica), potenciando de esta manera el apetito sexual.

En las mujeres actúa como regulador hormonal durante el ciclo menstrual, mejora la sequedad vaginal y la falta de deseo femenino.

Córdiceps (Hawlik)

El Córdiceps ha sido considerado siempre por la Medicina Tradicional China como el hongo por excelencia para las alteraciones hormonales y ha sido utilizado desde milenios para abordar problemas de fertilidad o pérdida de la libido. Estas propiedades han sido confirmadas por estudios científicos además de sus propiedades protectoras del sistema cardiovascular. En definitiva, es un hongo energizante, afrodisíaco y adaptógeno, que aumenta el apetito sexual por lo que sería de gran ayuda en esta situación.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.