



Frequentemente é assumido que é normal ter disfunção erétil! Tal não é verdade, independentemente da idade! A disfunção erétil ainda que muito frequente tem tratamento! O seu tratamento possibilita que com sucesso os homens possam ter uma vida sexual ativa e satisfatória. A disfunção erétil (DE) é um termo médico que descreve a incapacidade de obter e ou manter o pênis ereto adequado para a função sexual. Esta condição é um dos problemas sexuais mais comuns nos homens e aumenta com a idade. É uma doença muito frequente, estimando-se que cerca de 50% dos portugueses apresentem algum grau de DE. A sua prevalência é notoriamente dependente da idade verificando-se que esta doença afeta 29% dos homens entre os 40-49 anos, 50% entre os 50-59 anos e 74% entre os 60-69 anos. Apesar de ser uma doença benigna, altera de forma muito significativa a qualidade de vida tanto do doente como da sua companheira. Com o aumento da idade, a maioria dos homens tem piores ereções podendo tal facto causar baixa autoestima, ansiedade, depressão e stress. Os fatores de risco para a existência da disfunção erétil são múltiplos: idade superior a 50 anos, diabetes, hipertensão, colesterol elevado, fumador e doença cardiovascular, entre outros.

Níveis anormalmente baixos de testosterona circulante podem causar disfunção erétil, embora esta baixa testosterona seja encontrada em uma minoria de homens que desenvolvem ED. Os baixos níveis de desejo sexual, falta de energia, alterações de humor, perda de força muscular e depressão podem ser sintomas de baixos níveis de testosterona.

Sabe-se que a DE precede em cerca de 3 anos um evento cardiovascular, de que é exemplo o enfarte do miocárdio. Assim, a presença de DE ao constituir um sinal de alarme de doença arterial deverá não só obrigar a um estudo vascular minucioso, como também motivar a implementação de medidas que visem a alteração dos fatores de risco cardiovascular.

Antes de iniciar tratamento específico deverá ser iniciado um processo de alteração do estilo de vida como a cessação tabágica, e a adoção de uma alimentação saudável e de um programa de exercício físico regular; tal alteração melhora não só globalmente a saúde, como também se verifica que apenas com estas alterações 30% dos doentes melhoram da sua disfunção erétil.

É fundamental que discuta abertamente com o seu Urologista todas as suas dúvidas para além do seu quadro clínico, para que se possa estabelecer um plano de diagnóstico e tratamento que vá de encontro às suas pretensões, e na maioria das vezes do casal. Não existem idades para abandonar a atividade sexual, existe apenas uma doença que é muito frequente mas que atualmente tem inúmeras possibilidades de tratamento.

“ Não tenho 80 anos e sim quatro vezes 20 “

Daniel Auber



Frederico Branco
Médico Especialista em Urologia
Imagem Médica da Lapa
Email: imlaconsultadeurologia@gmail.com

Imagem medica da Lapa , onde está a sua saúde!