

[ad_1]

Según el *Massachusetts Male Aging Study* (MAAS), **los problemas de disfunción eréctil afectan a más de la mitad de los varones mayores de 40 años.** Las causas son variadas y en su gran mayoría **orgánicas, relacionadas con dificultades del aparato circulatorio.** Esta condición no es sólo un padecimiento, sino que puede ser **síntoma de una enfermedad crónica o asintomática subyacente.** La **Organización Mundial de la Salud (OMS)** define a la disfunción eréctil como una **enfermedad de clase III,** perteneciente al mismo grupo que la artritis reumatoidea y con el mismo rango de severidad y discapacidad que la angina de pecho.



Las disfunciones sexuales pueden ser de deseo, de excitación o de orgasmo | Foto: Stock Photo

Características de las disfunciones sexuales

Según un artículo de la *Asociación Mexicana para la Salud Sexual* (AMSSAC), los indicios de tener disfunción sexual son: Problemas para **sentir el deseo sexual** (tener ganas) o para excitarse (y lograr la erección)

Dificultades de **llegar al orgasmo** (eyacular y sentir el orgasmo)
Ocasionalmente cualquier hombre puede experimentar fallas en el rendimiento sexual (deseo, excitación u orgasmo), pero se habla de **disfunción sexual cuando el problema se presenta durante un**

tiempo, por lo menos tres meses y de manera recurrente.



Las causas pueden ser físicas, psicológicas o farmacológicas. El alcohol, tabaco y drogas son los principales causantes de impotencia | Foto: Stock Photo

Clasificación de las disfunciones

De deseo (falta o exceso de “ganas” de tener una actividad sexual)

De excitación (imposibilidad de excitarse y lograr una erección)

Del orgasmo (problemas para eyacular y sentir el orgasmo)

Causas de este problema

En cuanto a los motivos por los que pueden desarrollarse las disfunciones sexuales,

según un artículo del sitio especializado Salud 180 existen varios factores: **físicos, psicológicos o bien farmacológicos.**

También existe un gran número de casos en los que estos problemas **pueden ser tratados fácilmente, al cambiar simples costumbres o hábitos poco saludables.** Tres de las principales causas de la disfunción eréctil son el tabaco, el alcohol y las drogas.

Tabaco: el cigarrillo reduce la capacidad del sistema vascular (vasos sanguíneos) para hacer circular la sangre por todo el cuerpo. Y ya que la potencia masculina requiere un importante suministro de sangre al órgano sexual del hombre, fumar puede ser un factor contribuyente de la impotencia.

Alcohol: esta bebida puede influir en la

disfunción eréctil porque **puede disminuir los niveles de testosterona de un hombre**. Sin una cantidad suficientemente alta de esta importante hormona masculina en su sistema, puede haber una reducción de la libido y la resistencia sexual.

Medicamentos recetados: si la persona está consumiendo ciertas drogas, sobre todo para **condiciones como tensión arterial alta, enfermedades del corazón o depresión**, debería consultar al médico para determinar si su performance sexual está relacionada con esto.

También, **una dieta inadecuada, falta de actividad física o condiciones de vida poco saludables** podrían provocar la disfunción sexual de un hombre.



El viagra es una de las pastillas más comunes para combatir la disfunción eréctil

| Foto: Stock Photo

Tratamientos

Un médico especialista puede diagnosticar medicamentos específicos para cada persona con este problema. Por otro lado, un psicólogo puede tratar **la disfunción desde el lado neurológico y psíquico, mientras que el cambio del estilo de vida a un plano más saludable**, en primera instancia, es otra de las soluciones posibles.

Según una nota de Cuidate Plus, el orden de prioridades, desde el método menos invasivo hasta el más, es:

1. Abandono de drogas

2. Psicoterapia y modificación de comportamientos: la terapia

psicológica es recomendable en hombres menores a 40 años, ya que en estos casos la

causa de la enfermedad suele ser mental, por problemas de autoestima.

3. Aparatos de vacío o fármacos:

según la Sociedad Americana de Urología los inhibidores de la fosfodiesterasa oral tipo 5 son los primeros fármacos en administrarse, mientras que los siguientes agentes a tener en cuenta: tadalafilo (Cialis), vardenafilo (Levitra), sildenafil (Viagra), avanafilo (Stendra).

4. Cirugía

[ad_2]

[Source link](#)