

DISFUNÇÃO ERÉCTIL

Porque acontece?

DISFUNÇÃO ERÉCTIL. PORQUE ACONTECE?



Drª Ana Samico
Clínica da Medicina Sexual CSB



Drª Andrea Quintas
Clínica da Medicina Sexual CSB



Drª Maria José Freire
Clínica da Medicina Sexual CSB

A disfunção erétil é a disfunção sexual masculina mais frequente e é definida por uma incapacidade persistente em obter ou manter uma ereção peniana que permita um desempenho sexual satisfatório.

A grande maioria dos homens já experienciou em algum momento da sua vida problemas em iniciar ou manter uma ereção. Habitualmente, estas dificuldades são de curta duração e relacionadas com situações específicas ou problemas do quotidiano, geradores de maior ansiedade.

Na maioria das vezes, esta disfunção temporária regressa à normalidade quando o problema de base é resolvido ou ultrapassado. No entanto, se um homem estiver perante um problema persistente, com duração de, pelo menos, três meses, deverá consultar o seu Urologista/Andrologista para avaliação de eventuais fatores de risco e identificação de doenças que estejam na origem da disfunção erétil.

POR QUE MOTIVO É NECESSÁRIA UMA AVALIAÇÃO MÉDICA?

Ter uma ereção pode parecer simples, mas, na verdade, consiste num processo fisiológico complexo. Para que uma ereção seja iniciada e mantida, é necessário que um estímulo sexual (visual, tátil, auditivo...) leve à libertação de neurotransmissores nos terminais nervosos penianos, resultando no relaxamento do músculo liso, aumento do fluxo sanguíneo através das artérias e redução da saída de sangue do pénis. Além deste fenómeno neurovascular, é fundamental que haja uma integridade das estruturas anatómica e do sistema endócrino, assim como um ambiente psicológico favorável.

PRINCIPAIS FATORES DE RISCO

Deste modo, qualquer alteração ou patologia que afete um dos sistemas envolvidos poderá dificultar a ereção, sendo os principais fatores de risco para disfunção erétil os seguintes:

- Idade
- Obesidade
- Sedentarismo
- Diabetes mellitus
- Hipertensão arterial
- Dislipidemia
- Tabagismo
- Doenças neurológicas (AVC, esclerose múltipla, doença de Parkinson)
- Distúrbios hormonais (diminuição da testosterona, alterações da função tiroideia)
- Alterações anatómicas (traumatismos pélvicos ou curvatura peniana)
- Hiperplasia benigna da próstata / sintomas urinários baixos
- Prostatite crónica / dor pélvica crónica
- Cirurgias pélvicas ou radioterapia
- Fármacos e drogas (anti-hipertensores, diuréticos, drogas recreacionais)
- Fatores psicológicos (ansiedade e depressão)

Muitos destes fatores de risco são partilhados com a doença cardiovascular, motivo pelo qual doentes com disfunção erétil apresentam um aumento significativo do risco de doença coronária, AVC e outras doenças vasculares. A disfunção erétil é, por isso, um sintoma que deverá ser encarado como marcador precoce de doenças cardiovasculares.

Assim, é importante uma avaliação médica especializada, para que se possam identificar os fatores de risco e tratar atempadamente as patologias que estão na base da disfunção sexual.

Habitualmente, a disfunção erétil não é causada apenas por uma patologia isolada, mas sim por um sinergismo entre vários fatores, orgânicos e psíquicos, razão pela qual é essencial uma abordagem multidisciplinar e integrada entre a Urologia/Andrologia e Sexologia Clínica.

O PAPEL DA SEXOLOGIA CLÍNICA NA ABORDAGEM DA DISFUNÇÃO ERÉCTIL

Qualquer dificuldade em obter uma ereção, independentemente da causa, tem, muito provavelmente, algum tipo de consequências psicológicas. Atualmente, existem várias ideias erradas relacionadas com o sexo, sendo muitas delas impostas pela comunicação social e pelo mundo digital. Estes meios são responsáveis por transmitir uma imagem maioritariamente errada sobre a masculinidade e a sexualidade, mostrando que os homens têm de ser sempre muito viris e estar sempre prontos para o sexo. Muitos homens acreditam que se não conseguem ter uma ereção não têm valor, não vão ser amados nem desejados ou, ainda, que não são “verdadeiros homens”.

A CONSULTA

Na Consulta de Sexologia Clínica, pretende-se que o sofrimento associado à disfunção erétil seja atenuado e que o indivíduo volte a viver a sua sexualidade de forma saudável. Serão abordados fatores psicológicos que podem contribuir para o aparecimento e para a manutenção deste problema. Estes incluem traços de personalidade, ideias e crenças relacionadas com o sexo, problemas emocionais, perturbações psiquiátricas (tais como a ansiedade e a depressão) e problemas do relacionamento entre o casal.

Serão utilizadas técnicas baseadas nas abordagens cognitivo-comportamental, emocional e relacional, tendo como objetivo que o homem compreenda e tenha uma vida sexual saudável, livre de ideias erradas e de julgamentos.