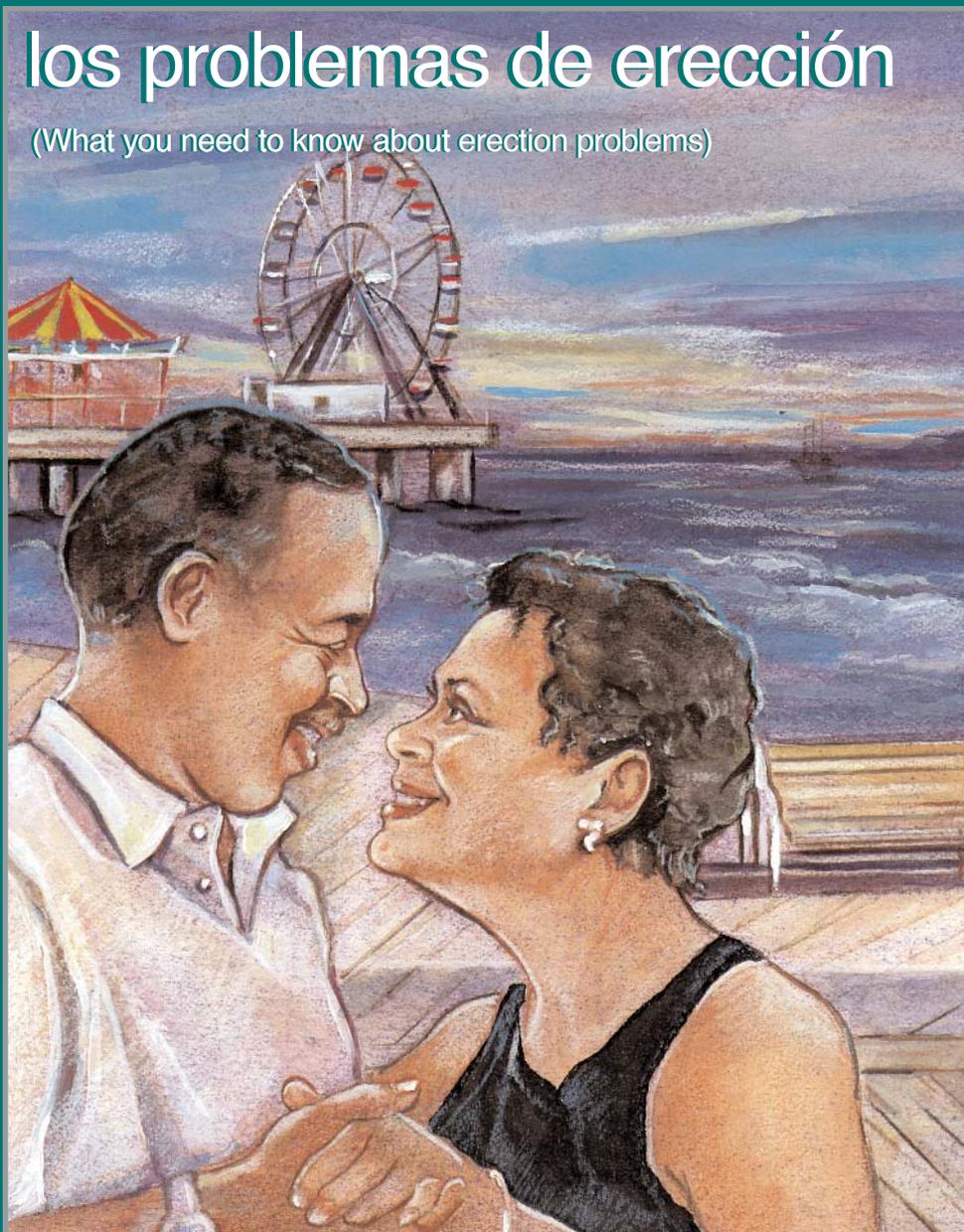


Lo que usted debe saber sobre los problemas de erección

(What you need to know about erection problems)



NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH
National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse



U.S. Department
of Health and
Human Services

Lo que usted debe saber sobre los problemas de erección

(What you need to know about erection problems)



NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH
National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse

Índice

| | |
|---|----|
| Problemas de erección | 1 |
| Cuándo suceden las erecciones | 3 |
| Causas de la disfunción eréctil | 5 |
| ¿Qué sucede en el consultorio del médico? | 7 |
| Tratamiento de la disfunción eréctil | 10 |
| Algunas cosas que debe recordar | 14 |
| Esperanza a través de la investigación..... | 15 |
| Cómo obtener más información..... | 16 |
| Agradecimientos..... | 17 |

Problemas de erección

Algunas personas pueden hablar con sus médicos sobre el sexo. Otras consideran que el sexo es un asunto privado y prefieren no compartir detalles con nadie. Puede que le resulte difícil hablar sobre los problemas de erección. Pero definitivamente debe hablar con un médico si tiene problemas para lograr o mantener una erección. Su salud y su calidad de vida son buenas razones para hablar con un médico.

En el pasado, los problemas de erección se llamaban “impotencia”. Ahora el término más común es “disfunción eréctil” (ED por sus siglas en inglés).

La disfunción eréctil puede ser un signo de otros problemas de salud. Puede significar que sus vasos



La disfunción eréctil es un problema médico. Su médico le puede ayudar.

sanguíneos están obstruidos. Puede significar que ha sufrido daño en los nervios a causa de la diabetes. Si tiene problemas de erección, es importante que consulte a un médico. Estos problemas de salud requieren tratamiento médico.

También debe consultar al médico si quiere recibir tratamiento para la disfunción eréctil. El médico puede ofrecerle varios tratamientos nuevos. Para muchos hombres, el tratamiento es tan sencillo como tomar una pastilla. Otros hombres tienen que probar dos o tres opciones antes de encontrar el tratamiento que les da resultado. No se dé por vencido si el primer tratamiento no le da resultado. Encontrar el tratamiento adecuado para usted puede tomar algún tiempo.



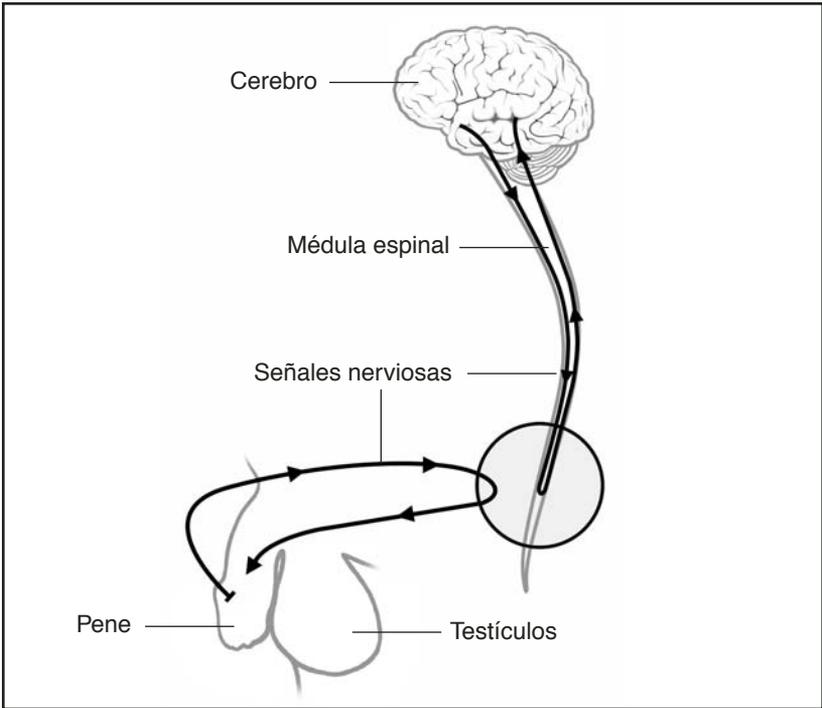
Cuándo suceden las erecciones

Las hormonas, los vasos sanguíneos, los nervios y los músculos deben trabajar en conjunto para producir una erección. Una erección comienza cuando el cerebro envía señales nerviosas al pene, en respuesta a una estimulación sexual. Algunas posibles causas de la estimulación sexual son

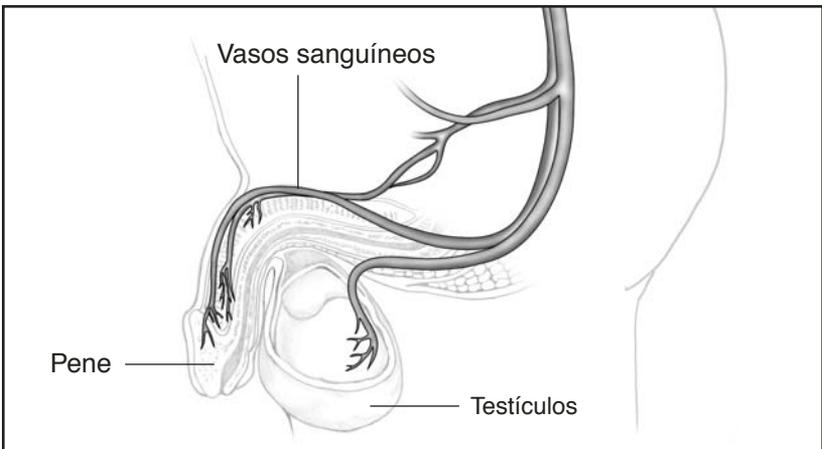
- caricias
- algo que ve o escucha
- un pensamiento o sueño sexual

Las señales nerviosas hacen que se relajen los músculos del pene. Esto permite que la sangre fluya dentro del tejido esponjoso del pene. La sangre se acumula en este tejido como agua que llena una esponja. El pene se agranda y se vuelve más firme, como un globo inflado. Luego, las venas se cierran para evitar que la sangre salga del pene.

Después del orgasmo, o cuando termina la estimulación sexual, las venas vuelven a abrirse. Entonces la sangre sale y fluye nuevamente hacia el cuerpo.



La erección comienza cuando el cerebro envía señales nerviosas al pene.



Para lograr una erección se necesitan vasos sanguíneos sanos.

Causas de la disfunción eréctil

Hay varias afecciones que pueden causar disfunción eréctil. La mayoría de estas afecciones son problemas de salud que requieren tratamiento. Se necesita tratamiento médico para evitar complicaciones más graves que la disfunción eréctil.

- La presión arterial alta y el colesterol alto pueden dañar las arterias que llevan sangre al pene.
- La diabetes daña los vasos sanguíneos y los nervios que controlan las erecciones.
- El consumo abusivo de alcohol y drogas puede causar disfunción eréctil, dañando los vasos sanguíneos e insensibilizando los nervios que controlan las erecciones (es decir, haciendo que los nervios no funcionen).
- Algunos medicamentos recetados pueden causar disfunción eréctil. Ejemplos de éstos son algunos tipos de antidepresivos y medicamentos para la presión arterial alta. Es posible que el médico pueda cambiar sus medicamentos. Nunca deje de tomar un medicamento recetado sin hablar con el médico.
- Los hábitos nocivos para la salud como fumar, comer en exceso y la falta de ejercicio pueden contribuir a la disfunción eréctil.

- Todo lo que sea malo para su corazón también es malo para su salud sexual.
- Una lesión en la médula espinal puede causar disfunción eréctil al interferir con las señales nerviosas.
- Los tratamientos para el cáncer de próstata pueden dañar los nervios que controlan las erecciones. Ejemplos de estos tratamientos son la radioterapia y el procedimiento para remover la próstata.
- Las enfermedades que afectan los nervios, como la esclerosis múltiple, también pueden causar problemas de erección.
- Una pequeña cantidad de casos de disfunción eréctil es causada por una reducción del nivel de la hormona masculina llamada testosterona.
- En el pasado, los médicos creían que la mayoría de los casos de disfunción eréctil eran causados por problemas mentales o emocionales. Ahora sabemos que la mayoría de los casos tiene una causa física. Pero la depresión, las preocupaciones o la ansiedad también pueden causar disfunción eréctil. A la vez, la disfunción eréctil por causas físicas puede llevar a la depresión y la preocupación, empeorando la disfunción eréctil física.

- Una persona no debe suponer que la disfunción eréctil es parte del proceso normal del envejecimiento. Es muy probable que la causa sea otra.

¿Qué sucede en el consultorio del médico?

Hablar sobre la disfunción eréctil puede ser difícil. Puede usar frases como “He tenido problemas en el dormitorio últimamente” o “He tenido problemas de erección”. Recuerde que una vida sexual sana es parte de una vida sana. No sienta vergüenza de buscar ayuda. La disfunción eréctil es un problema médico, y los doctores tratan problemas médicos todos los días.

Si la conversación con su médico no lo hace sentir cómodo, pida que lo transfieran a otro médico. Su médico tal vez recomiende que consulte a un urólogo, que es un médico que se especializa en problemas urológicos y sexuales.

Quizá su pareja quiera acompañarlo a la consulta con el médico. Muchos médicos afirman que la disfunción eréctil es más fácil de tratar cuando se involucran ambas partes de la pareja.

Para determinar la causa de su disfunción eréctil, el médico elaborará una historia clínica completa y le hará un examen físico.

Historia clínica

El médico le hará preguntas generales sobre su salud. También le hará preguntas específicas sobre sus problemas de erección y la relación con su pareja. Traiga una lista de todos los medicamentos que toma, o traiga los mismos medicamentos para mostrárselos al médico. Informe al médico sobre cualquier cirugía a la que se haya sometido.

El médico le hará preguntas sobre determinados hábitos como el consumo de alcohol, el fumar y el ejercicio.

Puede que el médico le haga otras preguntas, por ejemplo:

- ¿Cuál es su nivel de confianza en cuanto a lograr y mantener una erección?
- Cuando logra erecciones mediante estimulación sexual, ¿con qué frecuencia son lo suficientemente duras para la penetración?
- Durante las relaciones sexuales, ¿con qué frecuencia puede mantener su erección luego de haber penetrado a su pareja?
- Cuando intenta mantener relaciones sexuales, ¿con qué frecuencia son satisfactorias para usted?

- ¿Cómo calificaría su nivel de deseo sexual?
- ¿Con qué frecuencia puede llegar al orgasmo y eyacular?
- ¿Se despierta por las mañanas con una erección?

Las respuestas a estas preguntas ayudarán al médico a comprender el problema.

Examen físico

Un examen físico puede ayudar al médico a encontrar la causa de su disfunción eréctil. Como parte del examen, el médico

- examinará sus testículos y su pene
- tomará su presión arterial
- revisará sus reflejos
- le sacará una muestra de sangre para hacer pruebas de diabetes, su nivel de colesterol y otras afecciones relacionadas con la disfunción eréctil

Tratamiento de la disfunción eréctil

El médico puede ofrecerle una serie de tratamientos para la disfunción eréctil. Puede que usted desee hablar con su pareja respecto a qué tratamiento puede ser mejor para ustedes como pareja. La mayoría de las personas desean el tratamiento más sencillo posible. Tal vez necesite probar varios tratamientos antes de encontrar el que dé el mejor resultado para usted.

Cambios de estilo de vida

Para algunos hombres, el tratamiento consiste en hacer algunos cambios de estilo de vida. Hacer más ejercicio, dejar de fumar, bajar de peso y reducir el consumo de alcohol resuelven algunos problemas de erección.

Asesoramiento

Si bien la mayoría de los casos de disfunción eréctil tienen una causa física, el asesoramiento puede ayudar a las parejas a manejar los efectos emocionales. Algunas parejas descubren que el asesoramiento fortalece su relación, y así apoya al tratamiento médico.

Medicamentos orales

Desde 1998, los médicos tienen la opción de recetar una pastilla para tratar la disfunción eréctil. Las marcas actuales son Viagra, Levitra y Cialis.

Si el médico determina que su estado de salud general es bueno, puede que le receten uno de estos medicamentos. Si toma cualquier medicamento para el corazón de los llamados nitratos, no debe tomar ninguna de las pastillas que se recetan para la disfunción eréctil. Todas estas pastillas funcionan aumentando el flujo sanguíneo hacia el pene. No causan erecciones automáticas. Hable con el médico acerca de cuándo tomar una pastilla. Puede que necesite experimentar para descubrir qué tan pronto le hace efecto.

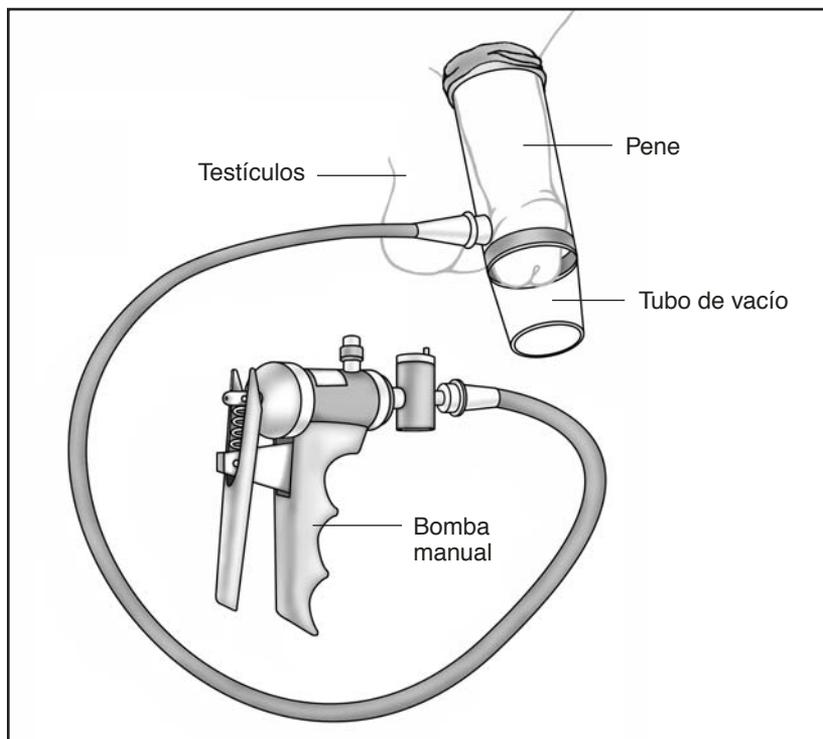
Aunque tomar la pastilla posiblemente resuelva su problema de erección, necesitará atender los demás problemas de salud identificados como posibles causas de su disfunción eréctil.

Inyección

Tomar una pastilla no da resultado para todos. Muchos hombres usan medicamentos que se administran directamente en el pene. Caverject y Edex se inyectan en el cuerpo del pene con una aguja. MUSE es una pastilla muy pequeña que se inserta en la uretra, en la punta del pene. Estos medicamentos normalmente provocan una erección en minutos. Pueden tener mucho éxito, incluso si otros tratamientos fracasan.

Dispositivo de vacío

La bomba de vacío es otra forma de producir una erección. El pene se introduce en un tubo. A medida que se bombea el aire hacia afuera del tubo, aumenta el volumen del pene. Luego, la sangre fluye hacia el pene y lo agranda. Entonces se coloca un tipo especial de banda de goma en la base del pene, para evitar que la sangre salga.

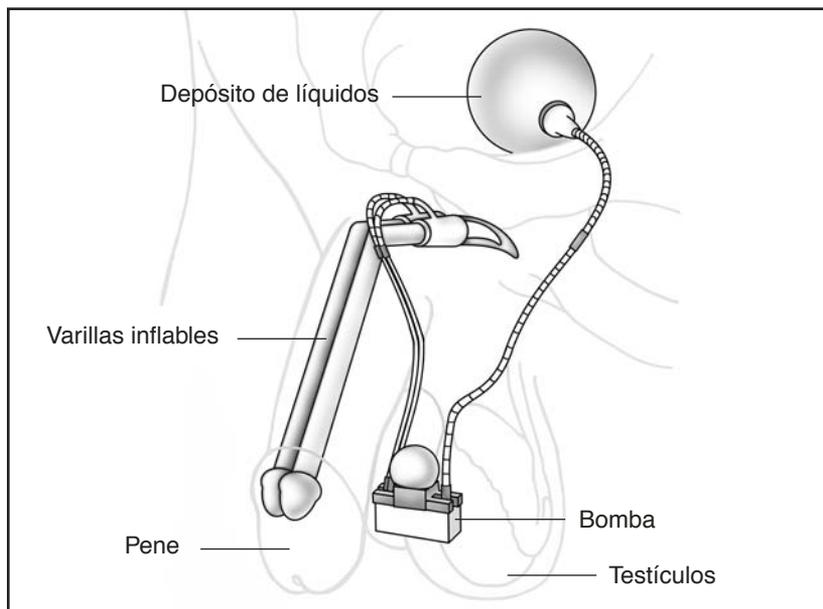


Cuando se bombea el aire para que salga del tubo, la sangre fluye hacia el pene y produce una erección.

Implante peniano

Cuando las demás opciones fracasan, algunos hombres necesitan cirugía para tratar la disfunción eréctil. Un cirujano puede implantar un dispositivo que se infla o se expande para producir una erección. Estos dispositivos no interfieren con la forma en que se siente el sexo.

Esta cirugía no se puede deshacer. Una vez que un hombre tiene un implante peniano, tendrá que usar un dispositivo para tener una erección. Hable con el médico sobre las ventajas y posibles aspectos negativos de tener un implante peniano.



Una bomba implantada por debajo de la piel llena dos varillas con líquido para producir una erección.

Algunas cosas que debe recordar

- Los problemas de erección pueden ser un signo de problemas de salud.
- Un médico puede ayudarle a superar los problemas de erección.
- Fumar, tener sobrepeso y no hacer ejercicio pueden contribuir con los problemas de erección.
- La mayoría de los casos de disfunción eréctil tienen una causa física, pero el asesoramiento puede ayudar a las parejas a fortalecer su relación.
- Muchos hombres pueden tomar una pastilla para tratar la disfunción eréctil. De todos modos, estos hombres deben tratar los problemas de salud que causaron la disfunción eréctil.
- Tomar una pastilla no da resultado para todos.
- Los hombres que toman cualquiera de los medicamentos llamados nitratos no deben tomar una pastilla para tratar la disfunción eréctil.



Esperanza a través de la investigación

El National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, NIDDK por sus siglas, que en español se llama Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales, patrocina programas que investigan la disfunción eréctil. Los objetivos de estos programas son comprender las causas de la disfunción eréctil y encontrar tratamientos para revertir sus efectos. Una división del NIDDK respaldó a los investigadores cuyo trabajo contribuyó con el desarrollo de la primera pastilla para tratar la disfunción eréctil. Esta división del NIDDK se llama Division of Kidney, Urologic, and Hematologic Diseases, DKUHD por sus siglas, que en español se llama División de Enfermedades Renales, Urológicas y Hematológicas. La DKUHD continúa apoyando las investigaciones básicas sobre cómo ocurren las erecciones y las enfermedades que pueden causar disfunción eréctil, inclusive la diabetes y la presión arterial alta.

Cómo obtener más información

Nota: Algunas de las opciones para comunicarse con las siguientes organizaciones están disponibles solamente en inglés.

Para localizar un profesional de la salud o asesor

American Urological Association (AUA)

1000 Corporate Boulevard

Linthicum, MD 21090

Teléfono: 1-866-746-4282 ó 410-689-3700

Correo electrónico: aua@auanet.org

Internet: www.auanet.org

La AUA puede recomendarle un urólogo en su área.

American Diabetes Association (ADA)

National Office

1701 North Beauregard Street

Alexandria, VA 22311

Teléfono: 1-800-342-2383

Correo electrónico: AskADA@diabetes.org

Internet: www.diabetes.org

La ADA puede ayudarle a localizar en su área un médico especialista en atención médica para la diabetes.

**American Association of Sex Educators,
Counselors, and Therapists (AASECT)**

P.O. Box 1960

Ashland, VA 23005-1960

Correo electrónico: aasect@aasect.org

Internet: www.aasect.org

Visite el sitio web de la AASECT para localizar en su área un educador, asesor o terapeuta en sexualidad que sean certificados.

Agradecimientos

El National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse, NKUDIC por sus siglas, que en español se llama Centro Coordinador Nacional sobre las Enfermedades Renales y Urológicas, desea agradecer a las siguientes personas por su ayuda en la revisión científica y editorial de esta publicación.

Tom Lue, M.D.

University of California at San Francisco

Kevin McVary, M.D.

Northwestern University

Hunter Wessells, M.D.

University of Washington

NKUDIC también desea agradecer a las siguientes personas que facilitaron la evaluación de este libro con el público.

Kay Longhi, Research Coordinator
Harborview Medical Center, Seattle

Kevin McVary, M.D.
Northwestern University

Hunter Wessells, M.D.
University of Washington

El Gobierno de los Estados Unidos no apoya ni prefiere ningún producto ni compañía en particular. Los nombres comerciales, propietarios y de compañías que aparecen en este documento se usan únicamente porque se consideran necesarios en el contexto de la información provista. Si algún producto no se menciona, la omisión no significa ni implica que el producto no sea satisfactorio.

National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse

3 Information Way

Bethesda, MD 20892-3580

Teléfono: 1-800-891-5390

Fax: 703-738-4929

Correo electrónico: nkudic@info.niddk.nih.gov

Internet: www.kidney.niddk.nih.gov

El National Kidney and Urologic Disease Information Clearinghouse (NKUDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Renales y Urológicas, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Este Instituto forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos. Fundado en 1987, el NKUDIC proporciona información sobre las enfermedades del sistema renal y urológico a las personas con trastornos renales y urológicos y a sus familiares, así como a los profesionales de la salud y al público en general. El NKUDIC responde a preguntas, produce y distribuye publicaciones y colabora estrechamente con organizaciones profesionales, gubernamentales y de pacientes para coordinar los recursos sobre las enfermedades renales y urológicas.

Las publicaciones producidas por el NKUDIC son revisadas cuidadosamente por los científicos del NIDDK y por expertos fuera de la organización.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NKUDIC otorga su permiso a los usuarios de este librito para que pueda ser reproducido y distribuido en cantidades ilimitadas.

También se encuentra este librito en
www.kidney.niddk.nih.gov/spanish/index.asp



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH
AND HUMAN SERVICES
National Institutes of Health



National Institute of Diabetes and
Digestive and Kidney Diseases

NIH Publication No. 06-5483S
Agosto 2006