

[Noticias anteriores](#)

[Sugerimos...](#)

[Con la FMC](#)

[Protagonista](#)

[Quehaceres](#)

[Criterios](#)

[Reflexiones](#)

[Hablemos francamente](#)

[En familia](#)

[Salud](#)

[Cultura](#)

[Deportes](#)

[Globalicemos la
solidaridad](#)

[La mujer en el mundo](#)

[Mujeres con historia](#)

[Famosas en La Habana](#)

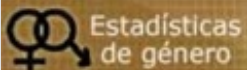
[Eventos](#)

[Mil ideas](#)

[Comer y beber a la
cubana](#)

[La página verde](#)

Otros vínculos



Estadísticas
de género

Masculinidades en cuba



NO a la violencia contra la Mujer

Observatorio

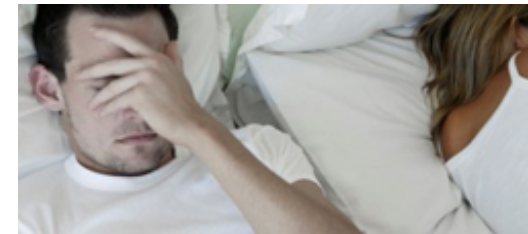


Directorio
Prensa

Hablemos Francamente

Imprimir Publicado en No. 675

De la andropausia y otros demonios



Andropausia. También llamada menopausia masculina, es el proceso por el cual las capacidades sexuales del hombre merman con la edad, entre otras funciones orgánicas, resultado de los bajos niveles de testosterona en el organismo.

A lo largo de la vida todos los seres humanos experimentamos cambios hormonales que alteran el comportamiento físico, emocional y sexual. En los hombres, el período de climaterio, conocido también como andropausia, o crisis de la mediana edad o de los 40, es un proceso que, si bien no todos los experimentan, puede extenderse hasta los 70 años con marcados cambios en el organismo.

Si bien los síntomas son diversos, la alarma comienza con la disfunción eréctil, y casi siempre el paciente piensa que se trata de un trastorno urológico, y no endocrino o psicológico, ni mucho menos una alteración como parte de la edad.

Comienzan una serie de conflictos emocionales, en buena medida por la falta de información o conocimiento acerca de este proceso fisiológico, que como normalidad, lleva aparejado un declive de las capacidades sexuales y de otras funciones orgánicas.

Y es que, según describe la literatura, al acercarse a los 50 años, algunos hombres pierden paulatinamente la energía, los abruma un cansancio mental y físico que cambia su personalidad, y hasta pueden sufrir insomnio, fatigas y pesimismo.

De acuerdo a las estadísticas, la andropausia se presenta en uno de cada 200 hombres menores de 60 años, porque los niveles de testosterona comienzan a caer desde la cuarta década de vida y disminuyen en un 0,3 por ciento cada año.

Pero sería un error ver este proceso como una mera cuestión sexual, pues la testosterona es la hormona encargada de otros aspectos desde la formación del feto como los nervios, fibras musculares, células del cerebro, evolución del pene, crecimiento de barba y vellos en el cuerpo; además de relacionarse con el ímpetu, ambición y osadía.

Similitudes y diferencias

Al igual que la mujer tiene su climaterio, llamado menopausia, por el cual no puede tener más descendencia, el hombre va

perdiendo potencia sexual, pero sin ciclos tan marcados ni pérdidas tan significativas.

En este caso la actividad sexual del hombre no está marcada por períodos regulares como en el caso de la mujer, pudiendo tener hijos en cualquier momento por la producción de espermatozoides.

Tampoco presenta un punto límite preciso. Un hombre puede tener la capacidad de procrear hasta muy avanzada edad. En algunos esta función puede mantenerse hasta pasados los 70 años e incluso no perderse con el tiempo, dependiendo de cada caso.

Son pocas las investigaciones en este campo en el mundo. Por lo general los estudios se centran en el climaterio femenino, ya sea porque no se asume la existencia de un proceso semejante en varones, o por el rechazo de estos a consultarse, aún con síntomas ya palpables.

Aunque la mayoría de ellas apuntan a una causa biológica, recientemente se defiende también que dicha crisis es esencialmente de origen emocional, pero si se torna severa puede tener consecuencias físicas, sobre todo si se acude a sustancias adictivas para mitigarla.

Resulta curioso que se plantean factores predisponentes como el haber nacido de padres poco afectuosos, la pérdida de un familiar amado, falta de éxitos profesionales y una vida sin estabilidad emocional.

Se estima que en tales casos, la crisis surge de la insatisfacción consigo mismo: las cosas que lo mantenían motivado, como trabajo, amigos, familia, estructura social, metas, sexo... devienen ahora elementos sin sentido o de poca importancia.

Otro punto de vista es, sin embargo, que no se trata de un proceso natural por el que todos tengan que pasar necesariamente, sino de una patología asociada a bajos niveles de testosterona en sangre, más común en la tercera edad y dependiente de algunos factores como la herencia, el estado general de salud, la alimentación, los hábitos de vida y ciertas enfermedades predisponentes, entre ellas las cardiovasculares.

Certezas inciertas

Hacer un diagnóstico preciso exige muchos estudios de laboratorio para probar cambios, en un complicado proceso endocrino en el que intervienen varias hormonas, pero es posible sospecharlo tras una valoración clínica exhaustiva e integral, que no descarta los elementos psicológicos.

Lo más aconsejable es visitar un terapeuta que lo ayude a rebasar la crisis, además de buscar en la pareja el apoyo necesario para que este período de la vida resulte tan placentero como los demás.

Es preciso saber que en muchos casos puede mejorarse el rendimiento sexual, e incluso recuperar el bienestar físico, a partir de un tratamiento multidisciplinario, que incluya rectificación de los niveles hormonales, tratamiento psicológico o psicofarmacológico —si el paciente lo requiere—, y compensación de los trastornos físicos detectados, además de la propia aceptación y el reconocimiento de que el placer no descansa solo en la genitalidad.

Con el paso de los años, obviamente, la excitabilidad de los 18 años no se mantiene a los 40. Por lo general les toma más tiempo

excitarse, eyaculan más débilmente y el período refractario (recuperación tras el coito) es más prolongado.

No se trata del principio del fin. La andropausia es el paso de la primera a la segunda etapa de la adultez. La respuesta no es igual en todos los hombres que la viven, como sucede en cualquier proceso de la vida en el que el tránsito se acompaña de ajustes psicológicos, no siempre identificados ni aceptados.

Algunos pasan esta etapa de su vida sin grandes problemas. Otros la asumen como un período de turbulencia con nuevos desafíos, por lo general más espirituales y menos impetuosos que en su juventud.

Fuente: Cubahora

Publicado: 23/1/2014

[Escribenos](#)

[Correspondencia](#)

[Galería de Fotos](#)

[Dossier Especial](#)