

## No solo las mujeres sufren climaterio

Publicado el 3 enero, 2016 • 16:19 por Raiza Arango Medina 4 Comentarios



La menopausia en el hombre

### ANDROPAUSIA

Los años no pasan en vano, y en la vida del varón no sólo hay cambios de actitud y de hábitos, existen cambios fisiológicos que suceden con la llegada de la andropausia, el proceso que inicia a partir de la cuarta década de vida, cuando se merman las capacidades sexuales del hombre, al disminuir los niveles de testosterona en el organismo.

#### INICIO DE LA ANDROPAUSIA

A partir de los 40 años

- A diferencia de la mujer, el hombre no pierde la fertilidad, sólo disminuye
- Aumenta la propensión a desarrollar problemas cardiovasculares

#### DISMINUCIÓN DE TESTOSTERONA\*\*

40 años

1.6%



70 años

50%

¿Pueden los

ENTRADAS MAS VISTAS

ÚLTIMOS 7 DÍAS



Monitorea centro cubano consumo de la vitamina de la vida

610 vistas | 0 comentarios



Preguntas y respuestas sobre el virus Chikungunya en América Latina

588 vistas | 0 comentarios



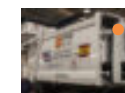
No solo las mujeres sufren climaterio

364 vistas | 0 comentarios

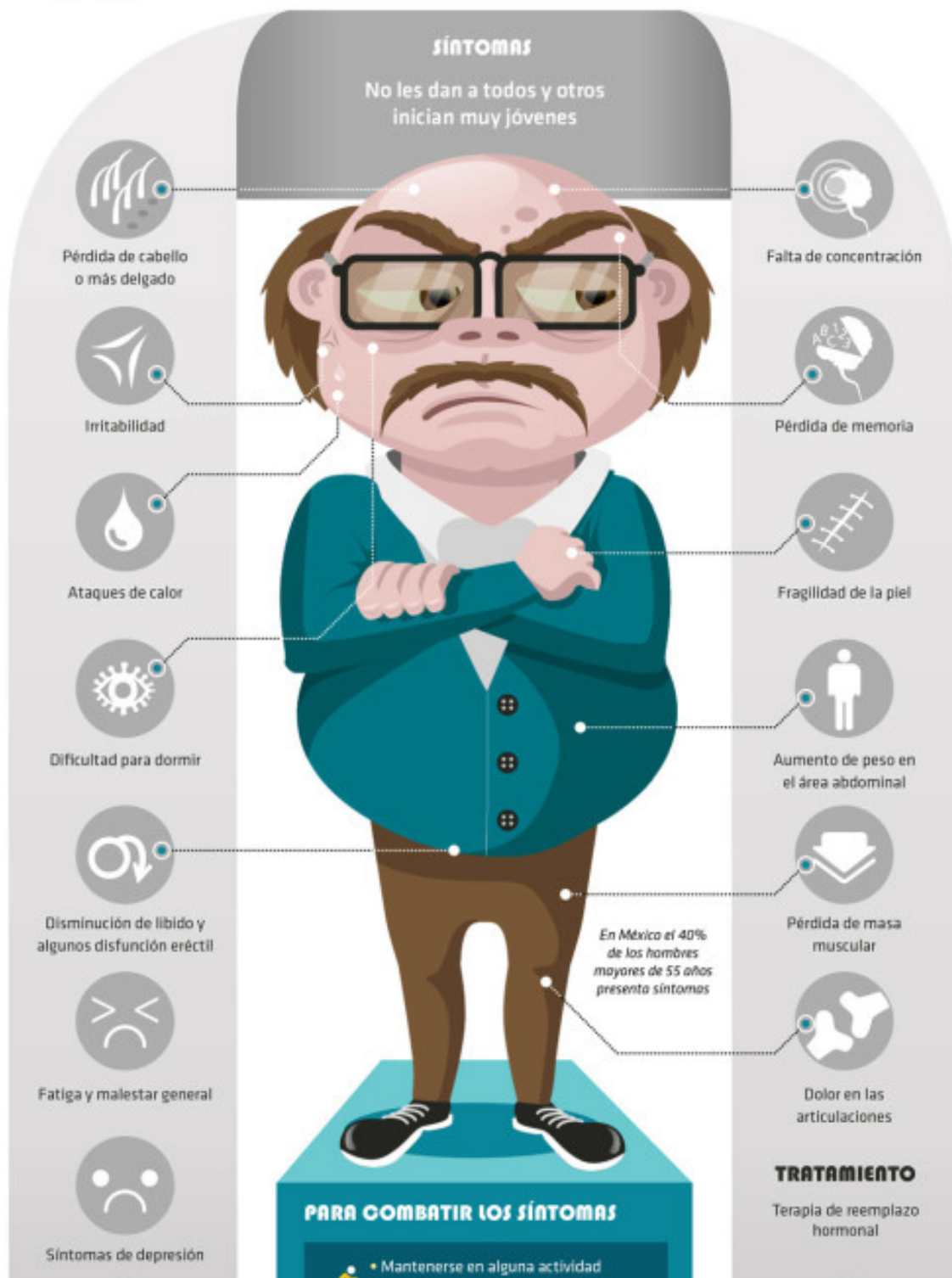


Nuestra delegación a Río de Janeiro 2016


354 vistas | 0 comentarios



Industria con sabor criollo

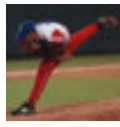


 306 vistas | 0 comentarios


 Palomas: portadoras de enfermedades silenciosas

304 vistas | 0 comentarios

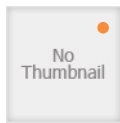
 Fidel en el primer asalto al cielo  
277 vistas | 0 comentarios

 Tope Cuba-EE.UU.: Primera victoria con susto y lluvia

276 vistas | 0 comentarios

 Tope Cuba-EE.UU.: Abrazo con maderos dormidos

272 vistas | 0 comentarios

 Sobre lamentable hecho  
231 vistas | 0 comentarios

 **Aniversario 63**  
**Sancti Spíritus**  
en 26

  
Relaciones Cuba-EE.UU.  
Visión Histórica  
A cargo de: Dra. Francisca López Civeira

Fuente: Notimex, Mayo Clinic: Male menopause: Myth or reality?, American Social Health Association, saludreproductiva.about.com, Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Sociedad Mexicana de Urología

Hacer ejercicio

- Comer alimentos frescos y ricos en vitamina y minerales
- Reducir la ingesta de comida chatarra y procesada
- Evitar el alcohol, el tabaco y otras sustancias tóxicas

Investigación y redacción:  
Mónica I. Fuentes Pacheco  
Diseño: Juan Hernández López

**Notimex**  
MEDIOS DIGITALES DEL CONGO PCC

CONGRESO PCC

# Cobertura

hombres presentar cambios en el estado de ánimo, depresión, falta de concentración e incluso constantes sudoraciones? Pues sí, y la mayoría de los caballeros apuestan a que estos síntomas son parte del envejecimiento y no acuden al médico.

Según estudios clínicos, la andropausia se caracteriza por un descenso lento y gradual de la testosterona, lo que termina afectando la calidad de vida de los pacientes y aumentando los factores de riesgo cardiovascular. Usualmente la sufren hombres mayores de 60 años, pero en la juventud también se puede dar.

El climaterio viril, como además se le llama en términos médicos, presenta similitud con la menopausia en la mujer, aunque con diferencias significativas entre uno y otro sexo.

De hecho, en la actualidad existen varias opiniones acerca de si considerarlo o no como una enfermedad. Algunos prefieren nombrarlo como un período de tiempo semejante a lo que soportan las mujeres durante el climaterio; otros, apropiados por cánones de machismo, prefieren esperar a que aparezca un término más adecuado al padecimiento.

El doctor Ulises Silveira Páez, especialista de Segundo Grado en Urología, y profesor auxiliar de esa especialidad, destacó en uno de sus análisis que el fenómeno está dado por varios factores. “Cuando los varones sobrepasan los 50 años se encuentran a menudo en la cumbre de sus vidas con buen estado de salud aparente. Sin embargo, comienza un incremento del riesgo de enfermedades cardiovasculares, sexológicas y endocrinológicas, a tal punto que el 52 % de ellos entre los 40 y 70 años padecen de algún grado de disfunción eréctil, por lo que la depresión psicológica está presente en un porcentaje muy alto”.

De acuerdo con la revista cubana de Endocrinología, a diferencia de la menopausia, la andropausia es un proceso de comienzo insidioso de lenta progresión. Los hombres experimentan una gradual declinación de los niveles de testosterona, cuyo inicio exacto es

## ÓRBITA LABORAL LEYES Y DERECHOS

- Sobre lamentable hecho
- Cenizas quedan
- Pesadilla entre La Habana y Morón

## Econo

- Sustituir también es crecer
- Una Antillana más moderna
- Cual fábula de Esopo
- Sustitución de importaciones: Está más
- Industria con sabor criollo

muy difícil de determinar.

Por el contrario, la menopausia está asociada con una brusca disminución en los niveles de estrógeno y progesterona, lo que provoca una supresión de la menstruación y un compromiso de la fertilidad, la cual –a diferencia del hombre– puede persistir hasta edades muy avanzadas.

No es tan conocida como la menopausia; su término ha dejado de emplearse para ser sustituido por síndrome de déficit de testosterona, en cuyo diagnóstico han de presentarse tanto indicios clínicos producidos por el descenso de la hormona como una reducción en 5 los niveles de esta en los exámenes médicos.

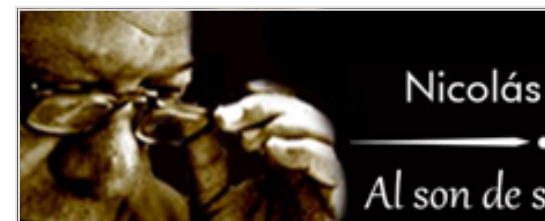
Algunos factores que pueden contribuir a acelerar este padecimiento son: el estrés, consumir bebidas alcohólicas, cirugías, medicamentos, la obesidad y las infecciones, pero sobre todo, la edad, por lo que se recomienda llevar un estilo de vida saludable, con alimentación sana y activación física frecuente.

Los endocrinos advierten que dentro de unos años la población envejecida necesitará de programas dirigidos a enfrentar este y otros padecimientos que no impacten de manera negativa con la calidad de vida y la salud mental de la persona de la tercera edad.

### Los cambios más comunes

Según el galeno Ulises Silveira los síntomas y signos clínicos no son tan evidentes. Unido a la declinación de los niveles de testosterona aumentan los de globulinas transportadoras de andrógenos, las cuales limitan la cantidad y eficiencia de la testosterona a medida que el ser masculino envejece. A ello se une el descenso de los niveles de hormona del crecimiento y otras relacionadas con la edad que contribuyen al aumento de la grasa abdominal y a la reducción del tono muscular a partir de la mediana edad.

A través de los exámenes médicos se pueden comprobar la pérdida de la energía y la motivación, con disminución, además, de la actividad intelectual, la memoria y la orientación espacial. “Es común la fatiga, depresión, cambios emocionales, irritabilidad y debilidad muscular”, explicó.



También aparecen una disminución del deseo sexual y dificultad en lograr y mantener una erección eficiente, reducción de las erecciones nocturnas, disminución de la satisfacción sexual, del volumen y fuerza del eyaculado, así como del vello corporal y alteraciones en la piel.

Aunque el especialista advierte que “la presencia de fallo eréctil es un síntoma importante para pensar en un cuadro de andropausia, ello no quiere decir que esa disfunción se produzca necesariamente como consecuencia de este trastorno”. Lo más aconsejable es visitar un terapeuta que ayude al hombre a rebasar la crisis, además de buscar en la pareja el apoyo para que este período de la vida resulte tan placentero como otros.

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

 Me gusta 43



#### 4 comentarios en *No solo las mujeres sufren climaterio*

Enrique Marusi Clínicas Doctor T dice:

4 enero, 2016 a las 10:20

En Madrid existe una clínica especializada, Clínicas Doctor T, la primera de España enfocada a éste cada vez mas común problema masculino. Por ahora los tratamientos sencillos están siendo un éxito y todos nuestros pacientes están encantados, pues están volviendo a disfrutar de la vida plenamente. Es genial, consulta tu caso, hay un test gratuito en su web.

  
**Trabajadores.cu**  
 Me gusta esta página 68  

Sé el primero de tus amigos en indicar esto.



Tweets por el @trabajadorescu.

Responder

Guillermo dice:

5 enero, 2016 a las 9:03

Bueno, es curioso el reportaje periodístico lo hace una mujer, sería mejor y más productivo, fuera realizado por un hombre, nunca nosotros realizamos comentarios sobre la menopausia femenina, por lo que sería más veraz sea realizado los comentarios por reporteros.

Responder

jLPAL dice:

5 enero, 2016 a las 10:44

Quisiera saber si un hombre a los 44 años puede tener sintoma de poco deseos sexuales, erección eficiente y disminución del deseo sexual

Responder

Pat dice:

5 enero, 2016 a las 15:58

!Excelente artículo! ha sido un tema que está ignorado por muchos y solo nos tildan a las mujeres de tales males.

Se necesita más divulgación del tema.

Gracias por existir

Responder

## Escribir comentario

Comentario

Nombre \*

Correo electrónico \*

Web



Once + 12 =

Código CAPTCHA \*

Por favor, introduzca una respuesta en dígitos:

**Publicar comentario**



2013 Trabajadores. Órgano de la Central  
Trabajadores de Cuba  
Director: Alberto Núñez Betancourt  
Subdirectores Editoriales: Alina Martínez  
Triay  
Territorial y General Suárez. Plaza de la  
Revolución. La Habana, Cuba. CP: 10698  
Fax: 053 (7) 555927 E-  
mail: [digital@trabajadores.cu](mailto:digital@trabajadores.cu)

Type to search, then press enter

