



O seu relatório informativo

Este relatório fornece-lhe com a informação mais relevante sobre disfunção erétil com base nas opções escolhidas.

Próximos passos a considerar:

- 1 Imprima este relatório
- 2 Leve o seu Relatório para ajudá-lo a iniciar a conversa com o seu médico. Utilize o questionário de auto-avaliação para facilitar a conversa.

Se o seu médico nunca viu este guia antes, pode encaminhá-lo para <http://pt.pedac.isotoma.com> para saber mais.

O nosso Compromisso

<http://pt.pedac.isotoma.com> é-lhe disponibilizado pela Lilly Portugal com o objectivo de fornecer informação concreta sobre problemas de erecção e soluções disponíveis.

Causas

O que é a disfunção erétil?

O termo clínico para designar um **problema de erecção** é “**disfunção erétil**” ou DE. Também poderá ter ouvido chamar-lhe “**impotência sexual**”. A disfunção erétil ocorre quando o pénis não endurece (não fica erecto) o suficiente de forma a permitir ao homem ter actividade sexual. Isto deve-se ao facto de não haver um fluxo sanguíneo adequado, não existindo sangue em quantidade ou por tempo suficiente no pénis para permitir uma erecção.

Uma erecção é um processo complexo que envolve alterações ao nível dos músculos, dos nervos e dos vasos sanguíneos do pénis. O sangue é bombeado para o pénis, enrijecendo-o, o que normalmente acontece em resposta a um estímulo sexual. A estimulação sexual envia sinais que são transmitidos pelas estruturas nervosas da medula espinal até aos órgãos genitais. Os vasos sanguíneos que irrigam o pénis expandem-se de forma a permitir um maior afluxo de sangue e, conseqüentemente, o pénis aumenta de volume.

Cerca de 40% dos homens com mais de 40 anos de idade já sofreram de algum grau de **disfunção erétil**, por isso, se suspeita que sofre deste problema, lembre-se de que não está sozinho. Alguns problemas de erecção são temporários ou ocasionais, mas se ocorrerem com frequência podem ser um sinal de disfunção erétil.

Em muitos casos, a disfunção erétil é causada por uma combinação de factores físicos e psicológicos. É importante obter um diagnóstico clínico adequado, dado que a impotência sexual pode ser causada por uma doença física, por

efeitos secundários de medicamentos ou estar relacionada com questões psicológicas (ver exemplos abaixo).

Causas físicas

Doenças vasculares:

- * Diabetes
- * Problemas cardíacos
- * Pressão arterial elevada
- * Doença renal

Efeitos pós-cirurgia:

- * Após cirurgia à próstata

Outras doenças:

- * Cancro da próstata
- * Problemas neurológicos, por exemplo esclerose múltipla e doença de Parkinson
- * Traumatismo

Efeitos secundários de medicamentos

- * Efeito secundário de outro medicamento

Causas psicológicas

- * Stress
- * Problemas emocionais

Se sofre de disfunção erétil é pouco provável que o problema se resolva por si mesmo, por isso fale com o seu [médico](#) logo que possível. O seu médico poderá assim identificar e tratar a disfunção erétil, bem como quaisquer factores subjacentes que possam estar na sua origem.

Esta secção identifica uma série de doenças e a forma como podem ser responsáveis pelos problemas de erecção. Muitas vezes, os homens aceitam erradamente a disfunção erétil como um resultado inevitável de uma doença. Se a sua vida sexual é importante para si, continue a ler para saber como pode assumir o controlo da situação.

Saiba mais sobre:

- [Disfunção erétil, sexo e diabetes](#)
- [Disfunção erétil, sexo e doenças cardiovasculares](#)
- [Disfunção erétil, sexo e hipertensão](#)
- [Disfunção erétil, sexo e cancro](#)
- [Disfunção erétil, sexo e doenças neurológicas](#)



- Os medicamentos estão a prejudicar a sua vida sexual?

Causas

Hábitos de vida pouco saudáveis e stress

A prática de exercício físico ajuda a reduzir a probabilidade de vir a sofrer de disfunção erétil?

Os dados revelam que os homens mais activos têm menor probabilidade de vir a sofrer de disfunção erétil do que aqueles que têm hábitos de vida sedentários.²⁰

Para se manter fiel a um programa de exercício físico é importante encontrar algo do seu agrado. Eis algumas opções possíveis:

Caminhada enérgica

Jogging/Corrida

Natação

Ginásio

Ténis

Squash

Badminton

Golfe

Bowling

Ioga

Jardinagem

O que deve fazer antes de iniciar a prática de exercício físico?

Se vai praticar exercício físico pela primeira vez é conveniente consultar previamente o seu médico. Não exagere. Será mais vantajoso para o seu organismo começar devagar e aumentar gradualmente a intensidade do exercício.

O seu peso está de alguma forma relacionado com a disfunção erétil?

O excesso de peso torna uma pessoa mais vulnerável a certas patologias, tais como a doença cardíaca e a diabetes. Estas doenças podem, por sua vez, contribuir para a ocorrência da disfunção erétil.^{1, 7}

O que deve fazer?

Os estudos demonstram que a perda do peso em excesso pode melhorar a função erétil. Por isso, converse com o seu médico. A solução pode residir na realização de alguns exames clínicos simples (por exemplo, medição da pressão arterial e do colesterol), sendo então possível determinar o programa de exercício físico e as alterações alimentares que mais se adequam ao seu caso.

Uma boa dieta alimentar é importante para a saúde?

Procure fazer uma dieta alimentar variada que inclua, sempre que possível, produtos frescos e biológicos. Conseguirá assim manter o peso desejável e obter as vitaminas e nutrientes importantes de que necessita.

Regra geral, todos nós poderíamos ter um regime alimentar mais saudável, uma vez que normalmente consumimos demasiadas gorduras saturadas - na sua maioria gordura animal, tais como as gorduras presentes no queijo, na manteiga, nas margarinas produzidas segundo os métodos antigos e carnes gordas.



As gorduras saturadas contribuem para a disfunção erétil?

As gorduras saturadas contribuem para a acumulação de depósitos de gordura nas paredes dos vasos sanguíneos que transportam o sangue pelo organismo. Estes depósitos de gordura tornam a pessoa mais vulnerável a ataques cardíacos e a um Acidente Vascular Cerebral (AVC), e podem também contribuir para a disfunção erétil, uma vez que entopem os estreitos vasos sanguíneos que transportam o sangue para o pénis.

Peça ao seu médico um exame aos níveis de colesterol para saber se existe algum motivo de preocupação. Se os seus níveis de colesterol são elevados, o seu médico poderá aconselhá-lo e, se necessário, prescrever alguma medicação.

As bebidas alcoólicas podem causar disfunção erétil?

O consumo excessivo de álcool não só prejudica a saúde, como pode também contribuir para a disfunção erétilref 1. Os efeitos do álcool são tão sobejamente conhecidos que a disfunção erétil é por vezes directamente associada a homens com problemas de alcoolismo.

A redução do consumo de álcool contribuirá para o tratamento da disfunção erétil?

Qualquer tipo de álcool pode dificultar o desempenho sexual, por isso é importante limitar o seu consumo. Recomenda-se a moderação do consumo de álcool.

É necessário alterar imediatamente os seus hábitos de vida?

Não pense que tem de alterar os seus hábitos de vida de um dia para o outro; é preferível efectuar mudanças graduais que depois consiga manter. Uma boa alimentação e a prática regular de exercício físico ajudá-lo-ão a ter uma vida mais longa, saudável e sexualmente activa.

Referências

1.,. Feldman HA, Goldstein I, Hatzichristou DG, et al. Impotence and its medical and psychosocial correlates: results of the Massachusetts Male Aging Study. *J Urol* 1994;151: 54-61.

Jackson G. The importance of risk factor reduction in erectile dysfunction. *Curr Urol Rep.* 2007 Nov;8(6):463-6.

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update *European Urology* 2006;49: 806-15

Causas

Disfunção erétil e os Diabetes

Como está a diabetes relacionada com a disfunção erétil?

1. A diabetes pode danificar os nervos, o tecido erétil e os pequenos vasos sanguíneos do pénis.
2. Os nervos danificados podem reduzir a sensibilidade no pénis e a transmissão de sinais a partir do cérebro (neuropatia). Fica assim mais difícil alcançar e manter uma erecção.
3. Os danos ao tecido erétil impedem o relaxamento das fibras musculares, não permitindo ao pénis acumular sangue para a erecção.
4. A existência de danos nos vasos sanguíneos também impede que os tecidos eréteis acumulem sangue.

Isto afecta-o?

Qualquer pessoa que sofra de diabetes e sinta que essa doença pode ter prejudicado a sua vida sexual deve falar com o seu médico. Este pode verificar se existem problemas com as artérias ou com o sistema nervoso, pois ocasionalmente estes aspectos necessitam de uma atenção especial. O médico também pode verificar se algum dos medicamentos que está a tomar está a contribuir para o problema.

Boas notícias

Felizmente, o tratamento da disfunção erétil na diabetes melhorou consideravelmente. Muitas vezes, o primeiro passo - reconhecer que existe um problema - é o mais difícil em todo o processo. Mas uma vez dado esse passo, com a ajuda e apoio da companheira e do médico, o tratamento pode ser iniciado.

Que tratamentos existem?

Felizmente, a maioria dos tratamentos actualmente disponíveis podem ser eficazes em homens com diabetes; trata-se apenas de encontrar o mais adequado ao seu caso. Os medicamentos por via oral são frequentemente utilizados como tratamento de primeira linha, sendo consideradas outras opções apenas quando estes não são eficazes.²⁰

O que mais pode fazer?

O tabaco e a falta de controlo dos níveis de açúcar no sangue aumentam a probabilidade de ocorrência de complicações da diabetes, por isso é importante que o tratamento desta doença seja optimizado de forma a controlar eficazmente os seus níveis de açúcar no sangue. Deixar de fumar é sempre uma boa ideia.

Os homens diabéticos também têm maior probabilidade de sofrer de pressão arterial elevada e muitos dos medicamentos utilizados para controlar a pressão arterial podem causar disfunção erétil.

O seu médico aconselhá-lo-á sobre outras alterações que pode fazer para reduzir o impacto da diabetes na sua vida sexual. Por exemplo, o controlo ineficaz dos níveis de açúcar no sangue aumenta a probabilidade de ocorrência de complicações relacionadas com a diabetes, sendo por isso fundamental controlar da melhor forma possível o seu nível de açúcar no sangue. A mudança de alguns hábitos de vida, como parar de fumar e praticar exercício físico, também traz benefícios.

Referências



20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update European Urology 2006;49: 806-15

Causas

Síndrome Metabólico

Como está o síndrome metabólico relacionada com a disfunção erétil?

Síndrome metabólico é a designação dada a um conjunto de factores de risco que aumentam a probabilidade de desenvolver doença cardíaca e outros problemas de saúde como a diabetes e o AVC.

Estes factores de risco incluem:

- Perímetro abdominal acima dos valores médios
- Um nível mais elevado de gorduras saturadas (gorduras “más”) e um nível mais reduzido de gorduras insaturadas (gorduras “boas”)
- Pressão arterial elevada
- Nível elevado de glucose em jejum que pode ser um indicador de diabetes ref 12

Um estudo efectuado, revelou que a disfunção erétil, é altamente prevalente em homens com síndrome metabólico ²⁵. Sendo assim, é importante o acompanhamento médico do homem com disfunção erétil.

A adopção de hábitos de vida saudáveis é a primeira medida para o tratamento do síndrome metabólico. Nestes hábitos incluem-se a perda de peso, a prática regular de actividade física, a adopção de uma dieta saudável para o coração e deixar de fumar.

Outros tratamentos podem incluir medicação para reduzir a pressão arterial e combater a diabetes, caso o doente apresente estas patologias. ¹²

De que forma estas doenças podem afectá-lo?

Se tem problemas de erecção é importante consultar o seu médico. A disfunção erétil pode ser o primeiro sinal de risco de desenvolvimento de DOENÇA CARDIOVASCULAR e/ou de diabetes. O seu médico poderá realizar uma série de exames clínicos para determinar o seu estado de saúde e, em função dos resultados, definir um plano de tratamento.

Que tipo de tratamentos para a disfunção erétil estão disponíveis para homens afectados pelo síndrome metabólico?

O tratamento dependerá de vários factores, incluindo os medicamentos que eventualmente possa estar a tomar e da sua saúde cardiovascular. Os medicamentos por via oral são frequentemente utilizados como tratamento de primeira linha para a disfunção erétil ²⁰. Contudo, se estes não forem adequados ao seu caso terão de ser considerados outros tratamentos.

O que mais pode fazer?

A perda de peso através de uma dieta mais saudável e da prática regular de exercício físico é fundamental para reverter o quadro de síndrome metabólico e reduzir o risco de doença cardíaca. Muitos dos sintomas de disfunção erétil desaparecem com a perda de peso. Fale com o seu médico e em conjunto definam o regime alimentar e o



programa de exercício físico mais adequados para si.

Referências

National Heart Lung and Blood institute Disease and connection index, (online) , disponível em http://www.nhlbi.nih.gov/health/dci/Diseases/ms/ms_treatments.html, acessado em Março 2010

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update European Urology 2006;49: 806-15

25. Tamler R. . Diabetes, obesity, and erectile dysfunction Gend Med 2009;6 Suppl 1: 4-16

Causas

Cancro

Como está o cancro relacionado com a disfunção erétil?

Os dois tipos de cancro com maior probabilidade de provocar disfunção erétil são o cancro da próstata e o cancro colo-rectal. Embora outros cancros possam não ser causa directa de disfunção erétil, o stress e a ansiedade associados a um diagnóstico de cancro podem, por vezes, dificultar a manutenção de uma relação sexual.

Cancro da próstata

O cancro da próstata é um dos cancros mais frequentes nos homens e o número de casos tem vindo a aumentar ¹⁶. Tal deve-se principalmente a duas razões: à cada vez maior esperança de vida dos homens (o cancro da próstata afecta principalmente os homens mais velhos) e à melhoria na detecção e diagnóstico da doença.

A próstata, localizada por baixo da bexiga, produz um fluido que entra na constituição do sémen. A uretra, canal por onde passa a urina, atravessa a próstata vinda da bexiga, motivo pelo qual os problemas de próstata podem provocar alterações da micção, nomeadamente maior frequência e vontade de urinar. Estes sintomas são frequentemente devidos a hipertrofia benigna não cancerígena, da próstata. Contudo, como com qualquer novo sintoma deve referi-lo ao seu médico assistente.

Existem muitos tipos de tratamento disponíveis para o cancro da próstata, incluindo intervenção cirúrgica e tratamentos hormonais. Se durante a cirurgia de remoção da próstata os nervos do pénis forem danificados, pode surgir disfunção erétil.

O cancro do cólon é uma doença frequente e, se diagnosticado precocemente, pode ter um desfecho muito positivo. Contudo, a cirurgia de remoção de um tumor na parte inferior do cólon pode danificar os nervos responsáveis pela erecção.

Problemas de relacionamento

Qualquer doença grave pode constituir um factor de ansiedade e incerteza numa relação. No que diz respeito ao sexo, pode existir o receio de que:

- as relações sexuais possam causar lesões físicas
- as relações sexuais contribuam para o reaparecimento da doença
- o cancro seja contagioso ou sexualmente transmissível.

Este tipo de preocupações não têm geralmente qualquer fundamento, mas podem criar obstáculos a uma relação sexual normal. É fundamental que os casais que se encontram nesta situação conversem entre si e exponham as suas preocupações a um médico.

De que forma estas doenças podem afectá-lo?

Se sofre de cancro e tem problemas de disfunção erétil, ou se tem receio de ter relações sexuais é importante que discuta este assunto com o seu médico.



Tratamento dos problemas de erecção no cancro

Muitas das opções disponíveis para tratar a disfunção erétil podem ser consideradas em homens que foram submetidos a cirurgia para remoção de um tumor. Os medicamentos por via oral podem ser utilizados como tratamento de primeira linha, mas a escolha do tratamento mais adequado varia de indivíduo para indivíduo ²⁰. No que diz respeito aos homens cuja disfunção erétil resulta da ansiedade e stress associados à doença oncológica, a medicação deve ser acompanhada de aconselhamento médico.

Referências

16. Cancer Research UK (Online), disponível em, <http://info.cancerresearchuk.org/cancerstats/incidence/prevalence/index.htm>,
Acedido em Março de 2010

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update European Urology 2006;49: 806-15

Causas

Doenças Neurológicas

Como estão as doenças neurológicas relacionadas com a disfunção erétil?

O sistema nervoso abrange todo o organismo e é constituído por dois subsistemas principais.

1. O sistema “somático” é formado por uma rede de nervos que se liga aos nossos músculos e que também recebe sensações tais como o toque, a audição, a visão e o olfacto. Esta é a parte do sistema nervoso que podemos controlar; por exemplo, podemos comandar o movimento de um músculo.
2. O outro subsistema é o sistema nervoso autónomo, o qual inclui o conjunto de nervos que regulam a temperatura corporal, as pulsações, a tensão arterial, a digestão, etc. Este controlo é exercido de forma automática, sem necessidade de uma ordem consciente.

O processo de erecção envolve ambas as partes do sistema nervoso. Por exemplo, o sistema somático está envolvido no toque e nas sensações transmitidas durante a relação sexual, enquanto que o sistema autónomo controla os reflexos que dilatam os vasos sanguíneos existentes no pénis. Assim, qualquer doença ou lesão que afecte o sistema nervoso pode potencialmente conduzir à disfunção erétil.

Esclerose múltipla

A Esclerose Múltipla (EM) é uma doença provocada pelo “isolamento” das fibras nervosas do cérebro e da medula espinal. O ritmo de evolução e a extensão dos efeitos da EM variam consideravelmente de pessoa para pessoa. Algumas pessoas podem perder a capacidade de controlo sobre algumas funções em apenas alguns anos, enquanto que noutras os efeitos são mínimos, e pouco ou nada evoluem ao longo de décadas. Por regra, é impossível prever a evolução a longo prazo da EM num dado indivíduo.

A EM pode afectar qualquer parte do sistema nervoso. Uma das potenciais consequências no homem é a existência de problemas de erecção; para além disso, tanto os homens como as mulheres que sofrem de EM podem ter dificuldades em atingir o orgasmo. É difícil saber com exactidão quantos homens com esclerose múltipla sofrem também de disfunção erétil, pois são ainda relativamente poucos os estudos credíveis efectuados nesta área. Um inquérito realizado em 1995 por Ghezzi e outros investigadores revelou que 44% dos homens afectados tinham algumas dificuldades sexuais e que 38% sofriam de disfunção erétil ⁶.

Lesões da medula espinal

As lesões na medula espinal, podem ter efeitos muito variados. A disfunção erétil tem maior probabilidade de surgir em homens que já sofreram lesões na zona inferior da coluna vertebral. Cerca de 75% dos homens com lesões na medula espinal não são capazes de ter uma erecção adequada à penetração ³.

Outras doenças neurológicas

A doença de Parkinson, o Acidente Vascular Cerebral (AVC), a epilepsia e a doença de Alzheimer são exemplos de outras doenças do foro neurológico que podem conduzir à disfunção erétil ¹⁵.



De que forma estas doenças podem afectá-lo?

Qualquer pessoa que sofra de uma doença neurológica ou que tenha sofrido uma lesão na medula espinal e sinta que tal poderá ter prejudicado a sua vida sexual, deve falar com o seu médico. Além de observar os seus sintomas, o médico poderá também verificar a sua medicação, caso esta esteja a contribuir para o problema.

Que tratamentos existem disponíveis?

A maioria dos tratamentos disponíveis para a disfunção erétil são também adequados para homens com problemas neurológicos, embora a adequação do tratamento dependa de circunstâncias específicas. Os medicamentos por via oral são frequentemente utilizados como tratamento de primeira linha, sendo consideradas outras opções apenas quando estes não são eficazes. ²⁰

Referências

Science Daily (online), disponível em <http://www.sciencedaily.com/releases/2007/09/070910160946.htm>, acedido em Março de 2010

6. Ghezzi e tal. Erectile impotence in multiple sclerosis: a neurophysiological study , J Neurol 1995;242: 123-126 J Neurol, 1995 242 (3):123-6.

Safarinejad H. Erectile Dysfunction. Clinical Guidelines (1). *Urol J*, 2004, 3(1):133-147

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update European Urology 2006;49: 806-15

Causas

Pressão arterial elevada

Como está a hipertensão relacionada com a disfunção eréctil?

A hipertensão arterial ou pressão arterial elevada é um dos vários factores de risco que podem conduzir à aterosclerose (depósito de gordura nas paredes das artérias) e ao endurecimento das artérias. O estreitamento e endurecimento dos pequenos vasos sanguíneos que irrigam o pénis dificultam o seu relaxamento e consequente, o enchimento de sangue necessário para a obtenção de uma erecção, podendo assim surgir disfunção eréctil.

A hipertensão arterial é muito comum em homens com diabetes, com antecedentes familiares de hipertensão e também, em homens com excesso de peso.

A hipertensão arterial pode ser tratada com medicação para reduzir a pressão arterial e/ou através de alterações dos hábitos de vida (por exemplo, perda de peso).

Alguns dos medicamentos utilizados no tratamento da hipertensão podem causar disfunção eréctil. ⁸

De que forma estas doenças podem afectá-lo?

Se sofre de disfunção eréctil, poderá ser um indício também de pressão arterial elevada. Assim, é importante consultar o seu médico que procurará determinar as causas da sua disfunção eréctil. Se está a tomar alguma medicação para a hipertensão, poderá ser essa a causa. Se assim for, o seu médico talvez possa alterar a sua medicação para outra menos susceptível de provocar disfunção eréctil.

Tratamento de problemas de erecção em homens com hipertensão

Desde que um homem apresente uma pressão arterial estável e dentro de certos limites, pode ser submetido a tratamento para a disfunção eréctil. Os medicamentos por via oral podem ser utilizados como tratamento de primeira linha, a não ser que o homem esteja medicado com determinados anti-hipertensores ²⁰. Nestes casos, o médico poderá considerar outras alternativas de tratamento para a disfunção eréctil, ou alterará a medicação anti-hipertensora para uma que seja compatível com a terapêutica oral da DE.

Referências

Miller T. Diagnostic evaluation of erectile dysfunction. *Am Fam Physician*, 2000; 61:95-104.

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update *European Urology* 2006;49: 806-15

Causas

Doenças Cardiovasculares

Como está a doença cardiovascular relacionada com a disfunção erétil?

As doenças cardiovasculares são doenças do coração (músculo cardíaco) ou dos vasos sanguíneos (aparelho vascular). Contudo, quando os médicos falam em doença cardiovascular (DCV) estão frequentemente a referir-se a doenças das artérias causadas pela deposição de gordura nas suas paredes. Estes depósitos de gordura e endurecimento das artérias estão na origem da arteriosclerose. A arteriosclerose pode resultar no estreitamento das artérias e consequente bloquear o fornecimento de sangue aos tecidos e órgãos do corpo humano.

Pelo facto de ser irrigado por algumas das mais pequenas artérias do organismo, o pénis é frequentemente um dos primeiros órgãos do corpo a ser afectado pelas DOENÇA CARDIOVASCULAR ou pela arteriosclerose. O bloqueio destes pequenos vasos sanguíneos resulta numa redução do fluxo de sangue ao pénis, dificultando a obtenção e manutenção de uma erecção e resultando, portanto, no aparecimento de disfunção erétil. Algumas doenças aumentam o risco de DOENÇA CARDIOVASCULAR, como é o caso da diabetes, hipertensão e colesterol elevado. Outros factores de risco incluem a idade avançada e a existência de antecedentes familiares de DOENÇA CARDIOVASCULAR. As doenças cardiovasculares também são potenciadas por alguns hábitos como o consumo de tabaco ou de álcool em excesso, uma alimentação pouco saudável e a falta de exercício físico.

De que forma estas doenças podem afectá-lo?

Alguns médicos de renome, concluíram que a disfunção erétil pode ser um “marcador” ou “sintoma precoce” de uma possível doença cardiovascular⁹¹¹. Por este motivo, é importante que fale com o seu médico se sofrer de disfunção erétil. O médico poderá assim realizar exames de despiste de eventuais doenças cardiovasculares, bem como dar início ao tratamento da disfunção erétil.

Que tratamentos para a disfunção erétil estão disponíveis para homens com DOENÇA CARDIOVASCULAR?

É possível tratar a disfunção erétil em homens que sofrem de doença cardiovascular, mas em primeiro lugar é essencial ter a certeza de que a DOENÇA CARDIOVASCULAR está estabilizada, de que foi efectuada uma avaliação dos riscos e estabelecido um plano de tratamento¹¹. Os medicamentos por via oral podem ser utilizados como tratamento de primeira linha^{11, 20}, contudo, não são adequados para homens medicados com nitratos ou com determinados anti-hipertensores. Nestas situações, o médico poderá considerar outras alternativas de tratamento da disfunção erétil.

O que mais pode fazer?

O tratamento inicial da DOENÇA CARDIOVASCULAR deve englobar alterações ao nível dos hábitos de vida e alimentação, tais como dieta pobre em gordura saturada e sódio e rica em fruta, legumes e fibras, não esquecendo a prática de exercício físico. Tanto o abandono do tabagismo como a prática gradual de exercício físico podem contribuir para melhorar a DOENÇA CARDIOVASCULAR e a disfunção erétil⁷¹¹.

Referências

Jackson G. The importance of risk factor reduction in erectile dysfunction. *Curr Urol Rep.* 2007 Nov;8(6):463-6.

Solomon H, Man JW, Jackson G. Erectile dysfunction and the cardiovascular patient: endothelial dysfunction is the common denominator *Heart.* 2003 Mar;89(3):251-3.



Jackson G, Rosen RC et al. The Second Princeton Consensus on Sexual Dysfunction and Cardiac Risk: New Guidelines for Sexual Medicine. *J Sex Med* 2006; 3:28-36

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update *European Urology* 2006;49: 806-15



Sintomas

Que exames médicos são necessários para diagnosticar a DE?

Caso não se suspeite da existência de outra doença associada, são poucos os exames necessários para diagnosticar a disfunção erétil. Contudo, é importante verificar a sua pressão arterial e os níveis de açúcar no sangue (para detectar a diabetes). O médico pode ainda solicitar análises ao sangue para verificar os níveis de testosterona de forma a auxiliar o diagnóstico de uma disfunção erétil.

Sintomas

Qual a frequência da Disfunção Eréctil?

Factos sobre a disfunção eréctil

A disfunção eréctil ocorre quando o sangue não aflui ao pénis em quantidade ou por tempo suficiente para permitir uma erecção capaz de concretizar uma relação sexual ¹.

A disfunção eréctil é um problema de saúde frequente entre os homens e afecta cerca de um em cada dez homens. Não tenha vergonha em abordar este problema com o seu médico.

A parte positiva é que cerca de 95% dos casos de disfunção eréctil têm tratamento ².

As mudanças de hábitos de vida como a prática regular de exercício físico e não fumar também podem contribuir para melhorar a função eréctil ²⁰.

A probabilidade de sofrer de disfunção eréctil aumenta com a idade. Mais de 50% dos homens entre os 40 e os 70 anos de idade têm episódios de disfunção eréctil ¹.

Estima-se que mais de 30 milhões de homens na Europa são afectados por algum grau de disfunção eréctil. Este número aumentará para cerca de 43 milhões em 2025 ⁴.

Cerca de 80% dos casos de disfunção eréctil têm origem em factores físicos ref 8. Contudo, para muitos homens a causa da sua disfunção eréctil também tem origem em factores psicológicos como o stress e a ansiedade ¹⁴.

A disfunção eréctil também pode ser causada pelos efeitos secundários de medicamentos utilizados no tratamento de outros problemas de saúde ⁸.

O mais importante é lembrar que na maioria dos casos, independentemente da sua causa, a disfunção eréctil tem tratamento. ²

O que posso fazer para resolver o problema da disfunção eréctil?

Informar-se melhor sobre a disfunção eréctil (o que é, quais as suas causas e formas de tratamento) é um primeiro passo importante para a sua resolução.

A disfunção eréctil não está apenas associada ao cansaço e ao stress. É provável que tenha uma causa física subjacente, como outro problema de saúde e que o tratamento tenha efeitos secundários na função eréctil. Por este motivo, a disfunção eréctil poderá não desaparecer por si só. É importante falar com o seu médico, porque na maioria dos casos a disfunção eréctil tem tratamento. ^{2 8}



Referências

1. Feldman HA, Goldstein I, Hatzichristou DG, et al. Impotence and its medical and psychosocial correlates: results of the Massachusetts Male Aging Study. *J Urol* 1994;151: 54-61.
2. Lobb-Rossini K. Erectile dysfunction and its management. *Journal of Community Nursing Online* 1999;13 (10):1-8.
4. Aytaç, Mckinlay & Krane RJ. The likely worldwide increase in erectile dysfunction between 1995 and 2025 and some possible policy consequences. *BJU Int.* 1999; 84:50-6.
- Miller T. Diagnostic evaluation of erectile dysfunction. *Am Fam Physician*, 2000; 61:95-104.
- Safarinejad MR, Hosseini SY. Erectile dysfunction: clinical guidelines (2). *Urol J.* 2004;1(4):227-39.
20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update *European Urology* 2006;49: 806-15

Sintomas

Mitos Sobre a Disfunção Erétil

Eis alguns mitos sobre a disfunção erétil e alguns factos que o ajudarão a manter-se mais bem informado:

A disfunção erétil é um sinal de falta de virilidade.

A virilidade de um homem não pode ser medida com base na rigidez do seu pénis. Contudo, os problemas de erecção podem afectar bastante o relacionamento de um casal.

Numa relação sexual, o tempo necessário para ter uma segunda erecção é sempre o mesmo.

Não é verdade. Com o avançar da idade, o homem vai precisando de mais tempo para conseguir uma segunda erecção.

De manhã, deve acordar sempre com uma erecção.

É verdade que uma boa erecção pela manhã é sinal do bom funcionamento do sistema erétil, mas não tem de ter uma erecção de cada vez que acorda. As erecções nocturnas estão associadas a uma fase muito específica do sono, chamada REM (ou movimento rápido dos olhos). Esta fase não se prolonga por todo o período de sono, mas é activada ciclicamente. Isto significa que se acordar durante a fase REM, será normal ver a erecção. Contudo, se acordar noutra fase do sono, não poderá comprovar se existe ou não um problema de erecção.

O prazer da mulher é proporcional ao tamanho do pénis do homem.

Tal como a altura, também o tamanho do pénis varia de pessoa para pessoa. No entanto, não existe qualquer relação entre o tamanho do pénis e o nível de satisfação sexual da mulher.

Se tomar medicação oral, consigo ter uma erecção durante horas.

A medicação oral destinada ao tratamento da disfunção erétil não prolonga necessariamente a duração da erecção de um homem. Em vez disso, permite o afluxo de uma maior quantidade de sangue ao pénis durante a estimulação sexual. O período temporal para a ocorrência de uma erecção difere consoante a medicação oral em causa. Fale com o seu médico sobre as diferenças de cada medicamento.

Se de facto mantiver uma erecção durante horas, procure imediatamente o seu médico, pois é uma situação perigosa que pode danificar o tecido erétil.

A masturbação causa problemas de erecção.

A masturbação é uma actividade fisiológica normal em todas as idades. Contudo, no relacionamento de um casal, pode constituir um problema quando se torna uma alternativa às relações sexuais. Se for esse o caso, poderá indiciar algum problema pessoal ou de relacionamento, pelo que deverá procurar um médico ou sexologista.

A ejaculação precoce é um sintoma de problemas de erecção.

A ejaculação precoce é uma disfunção que não está associada à perda de erecção. No entanto, pode, por vezes, estar associada à disfunção erétil.¹³

Referências



Porst H. Premature ejaculation. *Urologe A* 2009 Jun;48(6):663-74.

Sintomas

Factos Sobre a Disfunção Eréctil

Factos sobre a disfunção eréctil

A disfunção eréctil ocorre quando o sangue não chega ao pénis em quantidade ou por tempo suficiente de modo a permitir uma erecção capaz de concretizar uma relação sexual ¹.

A disfunção eréctil é um problema de saúde frequente entre os homens. A disfunção eréctil ²⁶ afecta aproximadamente um em cada dez homens, por isso, não há que ter vergonha deste problema.

A parte positiva é que cerca de 95% dos casos de disfunção eréctil têm tratamento ².

As mudanças de hábitos de vida, como a prática regular de exercício físico e o abandono do tabagismo, também podem contribuir para melhorar a função eréctil ²⁰.

A probabilidade de vir a sofrer de disfunção eréctil aumenta com a idade. Mais de 50% dos homens entre os 40 e os 70 anos têm episódios de disfunção eréctil ¹.

Estima-se que mais de 30 milhões de homens na Europa são afectados por algum grau de disfunção eréctil, e que em 2025 ⁴, este número aumentará para cerca de 43 milhões.

Até cerca de 80% dos casos de disfunção eréctil têm origem em factores físicos ⁸. No entanto, para muitos homens, a causa da sua disfunção eréctil, para além de física, é também psicológica (por exemplo, stress e ansiedade) ¹⁴.

A disfunção eréctil também pode ser causada pelos efeitos secundários de medicamentos utilizados no tratamento de outros problemas de saúde ⁸.

O mais importante é lembrar que a maioria dos casos de disfunção eréctil é tratável, independentemente da sua causa ².

O que posso fazer quanto à disfunção eréctil?

Quanto mais conhecimentos tiver sobre a disfunção eréctil, melhor. Informar-se sobre a disfunção eréctil (o que é, quais as suas causas e formas de tratamento), é um primeiro passo importante.

A disfunção eréctil não está apenas associada ao cansaço e ao stress. É mais provável que tenha uma causa física subjacente, tal como outro problema de saúde, ou seja um efeito secundário de um medicamento que o homem esteja a tomar. A disfunção eréctil poderá, como consequência, não desaparecer por si só. No entanto, na maioria dos homens pode ser tratada ref 2, 8.

Referências



1. Feldman HA, Goldstein I, Hatzichristou DG, et al. Impotence and its medical and psychosocial correlates: results of the Massachusetts Male Aging Study. *J Urol* 1994;151: 54-61.
2. Lobb-Rossini K. Erectile dysfunction and its management. *Journal of Community Nursing Online* 1999;13 (10):1-8.
4. Aytaç, Mckinlay & Krane RJ. The likely worldwide increase in erectile dysfunction between 1995 and 2025 and some possible policy consequences. *BJU Int.* 1999; 84:50-6.
- Miller T. Diagnostic evaluation of erectile dysfunction. *Am Fam Physician*, 2000; 61:95-104.
- Safarinejad MR, Hosseini SY. Erectile dysfunction: clinical guidelines (2). *Urol J.* 2004;1(4):227-39.
20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update *European Urology* 2006;49: 806-15
26. European Society for Sexual Medecine (online) .Disponível em: http://www.essm.org/patient-area/erectile_dysf.asp#q2, acedido em Março de 2010

Tratamentos

Para além dos tratamentos, poderei fazer mais alguma coisa que ajude a ultrapassar a minha disfunção eréctil?

As mudanças de hábitos de vida podem, não só melhorar a sua função eréctil, como também melhorar a sua saúde cardiovascular e metabólica ^{7, 20}. Está provado que a prática de exercício físico e a perda de peso, se tiver peso em excesso, contribuem para uma boa função eréctil ²⁰. Da mesma forma, será boa ideia deixar de fumar e reduzir o consumo de álcool.

Aconselhamento

Características

- Alguns homens com disfunção sexual podem beneficiar destes tratamentos de forma isolada ou em concomitância com outras formas de tratamento.
- O seu médico poderá aconselhá-lo.
- Se o seu médico considerar que necessita de ajuda especializada, poderá recomendar-lhe um especialista.

Comprimidos

Tipo de Tratamento

- Fale com o seu médico sobre eventuais efeitos secundários e contra-indicações.
- O seu médico é a pessoa que melhor o poderá ajudar na escolha de um destes tratamentos.
- A estimulação sexual é necessária para que estes medicamentos funcionem.
- O álcool pode afectar a erecção. Evite beber álcool em excesso quando estiver a tomar medicação oral.
- Alguns comprimidos não fazem efeito se tomados com as refeições. Esta é uma característica comum a muito tratamentos orais.
- Se não resultar à primeira, tente de novo.

Características

Actualmente são disponibilizados 3 tipos diferentes de medicamentos.

São chamados inibidores PDE-5 e constituem actualmente o tratamento mais frequentemente prescrito para a disfunção eréctil. Estes inibidores não actuam exactamente da mesma forma. Têm diferenças importantes e, se o seu médico decidir receitar-lhe um deles, poderá explicar-lhe as diferenças.

Devem ser tomados 25 a 60 minutos antes de ter relações sexuais. A acção de alguns deles (não de todos) pode sofrer um atraso quando tomados depois de uma refeição. Têm um período de acção que se pode prolongar até às 4-5 horas ou 36 horas, o que significa que, durante estes períodos, poderá obter uma erecção desde que haja estimulação sexual. ^{21, 23, 24}

Estes medicamentos podem ser tomados “consoante a necessidade”, ou seja, uma ou duas vezes por semana antes



de ter relações sexuais. No entanto, um destes medicamentos por via oral pode ser tomado diariamente e adequado para homens que pensam vir a ter relações duas ou mais vezes por semana ²².

Efeitos secundários e contra-indicações

Podem incluir:

Dores de cabeça, rubor, indigestão, palpitações, náuseas, congestão nasal, perturbação da visão.

NÃO deve tomar estes produtos se já estiver a tomar nitratos para o tratamento da angina de peito.

Injecções

Tipo de Tratamento

- Estes produtos são injectados no pénis imediatamente antes das relações sexuais.
- Fale com o seu médico sobre todos os possíveis efeitos secundários.

Características

Estes produtos podem ser injectados no pénis. São necessários 5 a 10 minutos para produzir uma erecção, a qual se prolongará pelo período de actividade sexual ou até durante uma hora.

Efeitos secundários e contra-indicações

Podem incluir:

Dores no pénis (pode sofrer escoriações, curvaturas ou angulação), sobretudo após uma utilização prolongada. Se sentir algum destes efeitos, fale com o seu médico, pois poderá ter de suspender a administração o medicamento. Existem orientações relativas à frequência de utilização destes medicamentos. Aconselhe-se sempre com o seu médico.

Se o seu pénis tiver escoriações, não for direito ou tiver alguma malformação, NÃO use nenhum destes produtos.

Bombas de vácuo

Tipo de Tratamento

- Estas bombas obrigam o sangue a entrar no pénis de forma a produzir uma erecção.
- É colocado um anel constritor na base do pénis para não permitir a saída do sangue e manter a erecção.

Características

Existem vários tipos disponíveis

Devem ser colocadas imediatamente antes da actividade sexual e para tal são necessários alguns minutos. O anel constritor deve ser removido após 30 minutos.

O processo pode ser repetido o número de vezes que desejar, embora alguns produtos recomendem um intervalo de,

pelo menos, 60 minutos.

Efeitos secundários e contra-indicações

Podem incluir:

Desconforto, escoriações no pénis

Tratamento hormonal

Características

É uma situação rara, mas alguns homens com disfunção sexual recebem hormonas para os seus problemas de erecção

Essa decisão dependerá, entre outros factores, da causa do problema.

Cirurgia

Características

- Normalmente, a cirurgia só é recomendada perante a ineficácia ou inadequação de outros tratamentos médicos.
- O procedimento cirúrgico mais comum consiste no implante de uma prótese, que envolve a inserção de cilindros sintéticos no interior do pénis.
- A segunda técnica cirúrgica consiste na reparação dos vasos sanguíneos do pénis e é realizada em homens que tenham sofrido uma lesão que afecte a circulação sanguínea.
- Se a cirurgia for considerada uma opção, o seu médico direccioná-lo-á para um especialista.

Referências

Jackson G. The importance of risk factor reduction in erectile dysfunction. *Curr Urol Rep.* 2007 Nov;8(6):463-6.

20. Wespes E, Amar E, Hatzichristou D, et al. EAU guidelines on erectile dysfunction: An update European Urology 2006;49: 806-15

Tratamentos

Medidas Anti-Contrafacção

Grande parte dos medicamentos para a disfunção eréctil vendidos na Internet são contrafeitos.

A maioria dos medicamentos para a disfunção eréctil contrafeitos podem ser perigosos.

A maioria dos medicamentos contrafeitos comprados na Internet, e analisados por investigadores na área da saúde, foram classificados como produtos de elevado risco para a saúde ¹⁹. Os medicamentos contrafeitos destinados ao tratamento da disfunção eréctil que foram apreendidos pelas autoridades tinham, em certos casos, componentes tóxicos e/ou outros componentes não medicinais, tais como tinta para marcação de estradas, cera para soalhos, graxa, pó-de-talco e giz. Estima-se que o número de mortes provocado por medicamentos contrafeitos varie entre as dezenas de milhar e mais de 200 mil ¹⁰. De entre os medicamentos contrafeitos, os medicamentos para a disfunção eréctil são os mais frequentemente falsificados ¹⁹.

Estes medicamentos podem incluir componentes tóxicos e substâncias activas. A segurança de um medicamento para a disfunção eréctil comprado em sítios na Internet não autorizados, não fica garantida pelo simples facto de, aparentemente, esse medicamento ter melhorado as suas erecções.

É difícil determinar se os medicamentos para a disfunção eréctil que compra na Internet são produtos contrafeitos e perigosos.

Os produtos contrafeitos reproduzem na perfeição a embalagem e o aspecto dos medicamentos genuínos para a disfunção eréctil. Por vezes, nem mesmo os fabricantes de medicamentos genuínos para o tratamento da disfunção eréctil conseguem determinar a autenticidade dos medicamentos comprados na Internet, a não ser através da realização de análises químicas.

Muitos destes espaços na internet que vendem medicamentos contrafeitos para a disfunção eréctil podem parecer genuínos, mas não são. Por exemplo, muitos referem ter sede num determinado país, disponibilizam serviços de atendimento ao cliente e confirmação de encomendas, ou fornecem outros serviços que legitimam as suas ofertas. Aquela pessoa simpática com quem fala ao telefone pode fazer parte de uma rede internacional de contrafacção.

Se tem de comprar na Internet, minimize os riscos.

Não existe regulamentação eficaz para a Internet no que respeita à compra de medicamentos para a disfunção eréctil. Se necessitar de fazer compras na Internet, faça-o através de um espaço da internet certificado e genuíno. Obtenha mais informações e uma lista de farmácias online legais em: www.infarmed.pt

Desconfie de espaços na internet que:

- Oferecem medicamentos para a disfunção eréctil a um preço significativamente inferior ao preço praticado na sua farmácia local.
- Não indicam uma morada ou informação de contacto.
- Oferecem medicamentos para a disfunção eréctil genéricos, na forma de comprimidos mastigáveis ou de dissolução rápida.
- Direcionam o cliente para o seu espaço da internet, enviando-lhe uma mensagem de correio electrónico. Os fabricantes de medicamentos para a disfunção eréctil nunca lhe enviarão e-mails, a não ser que você mesmo o solicite.



Referências

The New York Times (online), disponível em <http://www.nytimes.com/2007/02/20/health/20iht-drugs.4656560.html>, acessado em Março de 2010

19. Jackson. Counterfeit phosphodiesterase type 5 inhibitors pose significant safety risks Int J Clin Pract 2010;N/A: 64: 413

Tratamentos

Com quem deve falar para obter tratamento?

Todas as pessoas são diferentes e só o seu médico poderá aconselhá-lo quanto ao tratamento mais adequado ao seu caso. A disfunção erétil é uma doença frequente, por isso, se pensa que sofre deste problema, lembre-se de que não está sozinho. Infelizmente, a maioria dos homens espera um ano ou mais antes de pedir ajuda. Se pensa que sofre de disfunção erétil, fale com o seu médico, pois a DE poderá ser um sintoma de outra doença. Embora possa ser assustador, a disfunção erétil tem, muitas vezes, uma causa física subjacente, por isso é importante dar esse passo. Lembre-se de imprimir o seu relatório informativo, e utilize-o para discutir as questões que o preocupam com o seu médico.

Como iniciar a conversa?

Este pode ser um assunto difícil de abordar, mas lembre-se de que, para o seu médico, se trata apenas de mais um sintoma. A DE é um problema com o qual o seu médico lida regularmente, por isso não tenha vergonha de falar sobre o assunto. Porque não experimentar uma das seguintes sugestões para início de conversa?

“O sexo está a tornar-se um problema para mim e para a minha companheira”

“Estou a ter dificuldades em ter relações sexuais”

“A minha vida sexual já não é o que era dantes”

“Aos poucos, estou a perder a capacidade de ter relações sexuais”

“Tenho receio de nunca mais vir a ter uma ereção”

“Gostava de ter mais informações sobre disfunção erétil”

“Gostava de saber que tratamentos existem para a disfunção erétil”

Que perguntas poderá o meu médico fazer?

Prepare-se para responder a algumas perguntas pessoais. O seu médico poderá fazer-lhe as seguintes perguntas:

- “Quando é que começou a ter problemas de ereção?”
- “Em que circunstâncias surgem os problemas de ereção?”
- “Na sua opinião, qual poderá ser a causa dos seus problemas de ereção?”
- “Costuma beber muito?”
- “É fumador?”

Para além de conversar consigo, é provável que o seu médico lhe faça um exame clínico específico para diagnosticar a disfunção erétil.

Que exames médicos terei de fazer?



O seu médico poderá querer reavaliar a medicação que está a tomar. Alguns medicamentos podem ter como efeito secundário a disfunção erétil, por isso, o seu médico poderá querer descartar esta hipótese.

O seu médico poderá também medir-lhe a pressão arterial. A pressão arterial elevada está associada à doença cardiovascular e à diabetes, ambas causas comprovadas de DE.

Poderá ainda efectuar um exame ao sangue ou à urina, para verificar os níveis de açúcar no seu organismo. Este exame destina-se a verificar se tem diabetes, mas poderá ter de voltar para efectuar um teste de tolerância à glucose.

Poderá ainda efectuar um exame ao sangue, para verificar os níveis de colesterol no seu organismo. A DE pode ter uma causa vascular, por isso, a medição dos níveis de colesterol e de outros lípidos no seu sangue pode, juntamente com os exames já referidos, ajudar a avaliar o seu nível de saúde cardiovascular.

Poderá ainda efectuar um exame ao sangue, para verificar os níveis de testosterona no seu organismo. Um nível reduzido desta hormona pode afectar a motivação sexual.

Existem outros especialistas com os quais poderá conversar sobre o assunto, por exemplo psicólogos e terapeutas de relacionamento. O seu médico poderá aconselhar-lhe alguns especialistas na sua zona. Falar da DE é o primeiro passo para resolver o problema.



Tratamentos

Testemunhos

Perguntas frequentes

Sabia que...

mais de 50% dos homens entre os 40 e os 70 anos de idade experienciam episódios de disfunção erétil ¹?

1. A DE é um problema permanente?

95% dos casos de disfunção erétil tem tratamento ². Apesar de algumas dificuldades de erecção serem temporárias e ocasionais, é importante abordar o problema com o seu médico. Hoje em dia, a maioria dos homens tem à sua disposição muitos tratamentos e opções eficazes para o seu problema.

2. Como falo com o meu médico?

Este pode ser um assunto difícil de abordar, mas lembre-se de que, para o seu médico, se trata apenas do sintoma de algum problema. A disfunção erétil é um problema com o qual o seu médico lida regularmente, por isso não tenha vergonha de falar sobre o assunto. Leve o seu Relatório para ajudá-lo a iniciar a conversa com o seu médico.

3. Como falo com a minha companheira?

Quando surgem problemas de natureza sexual, muitos casais têm dificuldades em falar sobre eles. E quanto mais tempo passa, mais difícil se torna falar sobre o assunto. Assim que reconhecem o problema e decidem procurar ajuda em conjunto, tudo se torna mais fácil.

A disfunção erétil é um problema comum, por isso, se o seu companheiro desconfia que sofre desta doença, **recorde-o de que não está só.** E você pode ajudá-lo. Os estudos e a prática clínica, demonstram que os homens têm mais tendência a levar o tratamento da disfunção erétil até ao fim quando as suas companheiras estão envolvidas nesse tratamento. É também importante que o seu companheiro faça exames de despiste de outras doenças de base, tais como doença cardiovascular e diabetes.

Aquilo que pode fazer:

Ofereça-se para marcar a consulta. Diga-lhe que este é um passo importante e lembre-lhe que milhões de homens já falaram com os seus médicos sobre o tratamento da disfunção erétil.

Discuta as várias opções de tratamento para a disfunção erétil. Na maioria das vezes, os médicos receitam comprimidos para a disfunção erétil, considerando ser esse o tratamento mais adequado e eficaz. Se lhe for receitado um medicamento para a disfunção erétil, converse com o médico para se certificar de que as características desse medicamento são adequadas para o casal, uma vez que existem vários medicamentos de administração oral com diferentes mecanismos de acção e tempos de duração.

Ajude-o a iniciar e a dar continuidade ao tratamento. Se o seu companheiro tomar um medicamento oral, poderão decidir juntos a melhor altura para tomá-lo, por isso reservem algum tempo para a vossa intimidade. O comprimido por si só não provocará uma erecção no seu companheiro. Os medicamentos de administração oral



para a disfunção erétil ajudam-no a ter uma erecção na presença de estimulação sexual.

Seja paciente. Mesmo que o comprimido para a disfunção erétil não funcione bem na primeira vez, isso não significa que não vá ser eficaz. Alguns homens precisam de fazer algumas tentativas antes de saberem se o tratamento em curso é o mais adequado para eles. Outra opção será alterar a dose de medicamento sob aconselhamento médico.

4. Quem paga o tratamento?

Os esquemas de comparticipação existentes para medicamentos e dispositivos para problemas de ordem sexual variam consoante o país. Normalmente, as despesas são inteiramente suportadas pelos próprios doentes, a não ser que exista qualquer outra doença associada à sua disfunção erétil, como uma lesão na coluna, esclerose múltipla, etc. Procure saber junto do seu médico que caso se aplica a si.

5. O que são medicamentos contrafeitos?

Um medicamento é considerado contrafeito quando alguma parte do mesmo é adulterada.

A adulteração pode ocorrer ao nível da embalagem, da informação relativa à sua origem ou, mais frequentemente, é a lista de constituintes que é incorrecta.

6. Com quem posso falar anonimamente sobre este problema?

FALTA ESTE TEXTO

7. Onde posso obter informações sobre os últimos desenvolvimentos na área da DE?

FALTA ESTE TEXTO

8. Onde posso comprar medicamentos e tratamentos?

A compra de produtos directamente a partir da Internet é fortemente desaconselhada. O primeiro passo é falar com o seu médico, que poderá discutir consigo as opções terapêuticas mais adequadas ao seu caso. Se lhe for passada uma receita, compre os medicamentos numa farmácia. Se preferir, peça ao seu médico que lhe indique uma farmácia idónea na Internet para a qual possa enviar a sua receita.

Referências

1. Feldman HA, Goldstein I, Hatzichristou DG, et al. Impotence and its medical and psychosocial correlates: results of the Massachusetts Male Aging Study. *J Urol* 1994;151: 54-61.



Etapas Seguintes

Saúde masculina em geral e questões relativas à erecção