

Destaque

Disfunção Erétil atinge 50% dos baianos com mais de 40 anos



A Disfunção Erétil (DE) foi diagnosticada em 48% dos homens na faixa etária entre 40 e 70 anos atendidos na Clínica do Homem (CH), em Salvador, nos últimos 12 meses. Destes 44% são hipertensos, 20% têm diabetes e 26% apresentam algum tipo de dislipidemia (taxas elevadas de colesterol ruim LDL). Estes dados, que servem como uma amostragem da saúde masculina na capital baiana, apontam para a estreita relação entre a DE e a síndrome metabólica, definida como uma associação de fatores de risco que amplia (e muito) o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, entre as quais o infarto cardíaco, o acidente vascular cerebral (AVC) e a morte súbita.

A DE se caracteriza pela recorrência de episódios em que o homem não consegue atingir uma ereção suficiente para que exista a penetração e a relação sexual completa. Já a síndrome metabólica considera a associação de pelo menos três fatores de risco cardiovasculares, como obesidade abdominal, resistência à insulina, hipertensão, triglicérides alto ou baixos níveis de "bom" colesterol HDL. Os fatores que caracterizam a síndrome metabólica influenciam consideravelmente a função erétil e estão associados a níveis de testosterona menores do que o normal.

"De 100% dos pacientes com mais de 40 anos que atendemos na Clínica, 62% são acometidos por escassez de testosterona ou deficiência androgênica do envelhecimento masculino (DAEM), também conhecida como andropausa. Destes, 29% apresentam problemas de ereção", conta o urologista, especialista em andrologia, Francisco Costa Neto (CRM-BA 9264 | RQE 116427).

Os sinais mais comuns da Síndrome Metabólica se confundem com os sintomas da DAEM: sonolência, desânimo, tristeza, melancolia, diminuição da concentração para o trabalho, déficit de memória, diminuição da libido e das ereções matinais espontâneas, dificuldade de ter ou manter a ereção e de fazer longas caminhadas, entre outros.

Prevenção

Segundo o médico, a melhor forma de prevenir a síndrome metabólica, a DAEM e, conseqüentemente, a Disfunção Erétil, é manter uma alimentação adequada, rica em frutas, verduras e legumes, e pobre em gordura, açúcar e sal. Os exercícios físicos também são fundamentais. "Quem desenvolve a síndrome, em princípio, não tem sintomas que possam sugerir uma visita ao médico. Quando os sinais começam a aparecer é porque a doença está em estágio avançado e perigoso. Para quem fuma e ingere bebidas alcoólicas com frequência, os riscos de impulsionar o avanço da doença são ainda maiores. Portanto, se a pessoa apresenta fatores de risco como obesidade abdominal e glicemia alta, o mais indicado é procurar um médico para avaliação. Com diagnóstico precoce, é possível ter melhores resultados no tratamento", frisa Neto.

Editorial

Chegamos à 20ª edição deste Boletim com o mesmo propósito das edições anteriores: mantê-lo bem informado sobre temas importantes relativos à saúde do homem, ou melhor, a respeito da sua saúde. Por isso, trazemos como destaque números relacionados à Disfunção Erétil que servem de alerta para a busca de tratamento. Além disso, na matéria da seção "Seu Corpo", destacamos a importância da realização de exames essenciais para diagnosticar precocemente o câncer de próstata. Por fim, para fazer uma alusão às crianças pela passagem do seu Dia (12 de outubro), publicamos dicas de como falar com elas sobre sexo. Boa leitura!

Dr. Francisco Costa Neto

Diretor da Clínica do HOMEM | Cremeb 9264/RQE 116427

Seu Corpo

Homens temem câncer e falta de ereção



Em pesquisa realizada pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), 3.500 homens com mais de 40 anos foram entrevistados sobre quais problemas de saúde eles mais temem. O câncer foi o mais citado, com 20% do total de menções. A falta de ereção, com 16%, foi apontada como a segunda maior preocupação. Ainda que se preocupem, 51% dos homens revelaram que não vão ao cardiologista nem ao urologista. A maioria, portanto, nunca realizou exames essenciais para diagnosticar precocemente o câncer de próstata, por exemplo.

Um destes exames é o PSA, feito a partir da coleta de sangue e utilizada para o diagnóstico, o monitoramento e o controle da evolução do câncer de próstata. "O ideal é que os homens iniciem a realização da dosagem sanguínea do PSA a partir dos 40 anos. O exame deve ser realizado todos os anos, juntamente com o de toque retal", alerta o diretor da Clínica do Homem, Francisco Costa Neto. "O PSA não é específico para o diagnóstico de câncer de próstata. É utilizado para a detecção de doenças prostáticas em geral, como hiperplasia benigna, prostatites, etc", completa o urologista.

Dia da Criança

Confira 5 dicas de como falar sobre sexo com seus filhos

Conversar sobre sexo com os filhos é um grande problema para alguns pais desprevenidos. Perguntas como: "de onde vem os bebês?", "o que é sexo?" e "para que serve a camisinha?" podem surgir de repente e deixar os pais sem reação.

Nada de puxar o assunto

O primeiro passo é saber que essa conversa não deve ser proativa durante a infância. Responda apenas o que for questionado, na medida em que a curiosidade aparece e de uma forma satisfatória para o seu filho.

Vale investigar

É importante entender o que a criança sabe sobre sexo para que as informações sejam passadas de maneira clara e de acordo com os valores da família. Pergunte o que ele sabe sobre o assunto, aonde aprendeu. Agir de forma natural ajuda a criar uma relação de confiança e garante segurança para o filho.

Camisinha: DST's e gravidez

Se o seu filho perguntar sobre o uso de preservativos, explique que ele protege contra doenças sexualmente transmissíveis e gravidez. É importante que a criança saiba que a gravidez surge de uma relação íntima sem proteção e que pode ser evitada. Mas nem pense em aproveitar o momento para sermões, isso pode provocar confusões.

Não se incomode

Muitas vezes esse é um assunto muito mais delicado para os

adultos do que para as crianças. Se o seu filho fizer a mesma pergunta várias vezes, não demonstre irritação. Se a criança pergunta duas vezes a mesma coisa é porque ainda está com dúvidas, por isso repita a explicação quantas vezes forem necessárias.

A conversa acabou e agora?

Não é porque a criança falou sobre sexo que está pensando em praticá-lo. A infância é uma fase de descobertas e contos de carochinha como cegonhas e sementinhas não preparam o seu filho para a vida. A verdade é sempre o melhor caminho.



EXPEDIENTE

Diretor Técnico e Urologista: Francisco Costa Neto (Cremeb 9264 | RQE 116427)
Farmacêutica-bioquímica: Daniele Brustolim (CRF 3623)
Bióloga: Siane Campos de Souza
Nutricionista: Leny Strauch (CRN-5 1580)
Médico Urologista: Ewerton Pedrosa Muragaki (CRM-BA 22956)
Publicação bimestral produzida pela Assessoria de Comunicação da Clínica do Homem.

Endereço: Av. Reitor Miguel Calmon, 1210, Centro Médico do Vale, sala 701, Canela, Salvador, BA - Brasil.
Tel: (71) 3247-4086 | Cel: (71) 9125-0931 | Telefax: (71) 3247-4086
Jornalista Responsável: Carla Santana.
E-mail: comunicacao@clinicadohomem.com.br | contato@clinicadohomem.com.br
Projeto Gráfico: Gisele Lopo
Diagramação: Marco Telles - <http://www.marcotelles.com>