



## Hipertensión arterial y Disfunción Eréctil

## ¿Cuáles son los síntomas de la hipertensión arterial?

La hipertensión arterial, denominada también el asesino silencioso es una condición médica que no produce síntomas muy claros, y frecuentemente es el principal responsable de un número importante de enfermedades concomitantes.

El infarto de miocardio y el accidente cerebrovascular pueden encontrarse entre las complicaciones más serias. Una posible consecuencia de la enfermedad o de su tratamiento es la Disfunción Eréctil, que si bien no pone en riesgo la vida de quien la padece, puede tener efectos devastadores sobre su calidad de vida.



## ¿Qué es la hipertensión arterial?

La elevación de la presión de la sangre, conocida como Hipertensión Arterial, es una alteración que ocurre cuando los vasos sanguíneos más pequeños del cuerpo (llamados arteriolas) se estrechan, lo que hace que la sangre ejerza una presión excesiva sobre las paredes del vaso. Como consecuencia, los vasos sanguíneos se van deteriorando progresivamente, y dicho deterioro es particularmente relevante en las arterias del cerebro, corazón, riñón y ojos, así como en las arterias del pene.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera hipertensión cuando la presión sistólica (máxima) es superior a 160 mmHg y la diastólica (mínima) supera los 95 mmHg. Sin embargo, se deben considerar variables como la edad o condiciones médicas de cada individuo que pueden modificar estos estrictos criterios.



## ¿Qué es la disfunción eréctil?

La Disfunción Eréctil es definida como la incapacidad para alcanzar o mantener una actividad sexual satisfactoria. Esto puede tener importantes consecuencias llegando a afectar la autoestima e incluso cuestionarse su masculinidad, además de los problemas de relación que puede generar dentro del círculo familiar.



## ¿Qué tan frecuente es la asociación entre hipertensión arterial y Disfunción Eréctil?

Se calcula que el 26% de la población padece hipertensión arterial y el 14% de los hipertensos tratados con hipotensores presentan Disfunción Eréctil en algún momento de su vida, ya sea por la hipertensión en si misma, o por los tratamientos utilizados.

Estadísticamente los varones son más propensos a padecer hipertensión arterial.

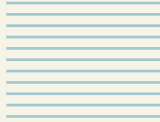


## ¿Cuál es el mecanismo por el cual la hipertensión arterial provoca Disfunción Eréctil?

La estructura del pene está compuesta por un tejido vascular (músculo cavernoso) que contiene un importante número de vasos sanguíneos.

Durante la flacidez el tejido del músculo cavernoso está contraído lo que hace que el flujo de sangre sea escaso.

Por el contrario, cuando se produce la excitación sexual se pone en marcha el sistema nervioso provocando que los vasos del pene se expandan permitiendo el rápido



ingreso de una mayor cantidad de sangre. A su vez, el músculo cavernoso lleno de sangre comprime las venas por donde retorna la sangre, generando, como consecuencia, una rígida erección.

Los distintos estados del músculo cavernoso del pene (flacidez / erección) se encuentran en íntima relación con la producción de sustancias que favorecen la flacidez (adrenalina) y sustancias que favorecen la erección (óxido nítrico).

El óxido nítrico se produce en las estructuras nerviosas y en el tejido vascular de las arterias y del músculo cavernoso del pene.

La hipertensión arterial genera un progresivo daño de las paredes vasculares del tejido cavernoso alterando la producción de óxido nítrico y, como consecuencia, imposibilita su correcta relajación, paso fundamental para lograr la rigidez peniana.



## ¿Cuales son los factores de riesgo vascular?

Por lo general los varones hipertensos pueden presentar otros factores de riesgo vascular como el sedentarismo, el sobrepeso, un exceso de las grasas circulantes en sangre (colesterol) o diabetes.

Cuanto mayor es el número de factores de riesgo, mayor es la probabilidad de desarrollar la disfunción. El hipertenso que además fuma, tiene un 13% más de posibilidades de padecerla. Del mismo modo ocurriría si es diabético, cardiópata o tiene el colesterol alto.

## ¿Cómo tratar la hipertensión arterial?

La hipertensión arterial generalmente es tratada por medios higiénicos dietéticos y muchas veces con medicamentos. Evitar el sedentarismo realizando por lo menos una caminata diaria de 30 cuerdas es una de las medidas más simples y económicas para el manejo de las enfermedades cardiovasculares, entre ellas la hipertensión arterial. Restringir el exceso de sal en las comidas y evitar las dietas ricas en grasa se encuentran entre las principales medidas dietéticas para el tratamiento de personas hipertensas.

En muchos casos, para un mejor control de la tensión arterial es necesario recurrir a fármacos que tienden a disminuir las cifras tensionales y así disminuir los riesgos de infartos cardíacos o cerebrales.

Muchos pacientes hipertensos comienzan a notar cambios progresivos en la calidad de la erección y en algunos casos empeoran desde la toma de medicamentos antihipertensivos. Los motivos que generan cambios en la rigidez peneana, con la toma de medicamentos antihipertensivos, pueden deberse a que el pene de los hombres hipertensos necesita de una alta presión sanguínea para poder recibir una cantidad de sangre suficiente. Esta alta presión, compensaba de alguna manera la disminución de la luz de los vasos arteriales peneanos lesionados como consecuencia de la misma hipertensión. Al disminuir las cifras de tensión arterial, con el propósito de prevenir accidentes cardíacos o cerebrales, el pene comienza a sufrir la falta de sangre en el momento que más lo necesita, es decir, durante el esfuerzo físico de la actividad sexual, y por la necesidad de lograr y mantener una rígida erección para la penetración.



Entre los mecanismos que pueden tener una influencia negativa sobre la erección están algunos medicamentos que afectan el eje hormonal relacionado con los mecanismos intrínsecos de la erección.



### La consulta médica

Cabe mencionar que no se debe tomar la determinación de suspender medicamentos antihipertensivos para mejorar la erección sin consultar al médico cardiólogo. En muchas oportunidades el profesional podrá considerar el cambio de las líneas de tratamiento farmacológico, con el propósito de mejorar la erección.

Pero es muy importante saber, que en la mayoría de los casos, no son los medicamentos, sino la hipertensión arterial la responsable de la disfunción eréctil, y un cambio no consultado no sólo pondrá en riesgo la vida del paciente, sino que muchas veces no modificará la calidad de erección.

Afortunadamente, existen sencillas alternativas de tratamiento de la disfunción eréctil que pueden ser combinadas con los fármacos antihipertensivos.



### Control médico y adecuada prevención

Es recomendable el control médico frecuente, y ante el diagnóstico de hipertensión arterial sea estricto en su control para prevenir sus consecuencias.



