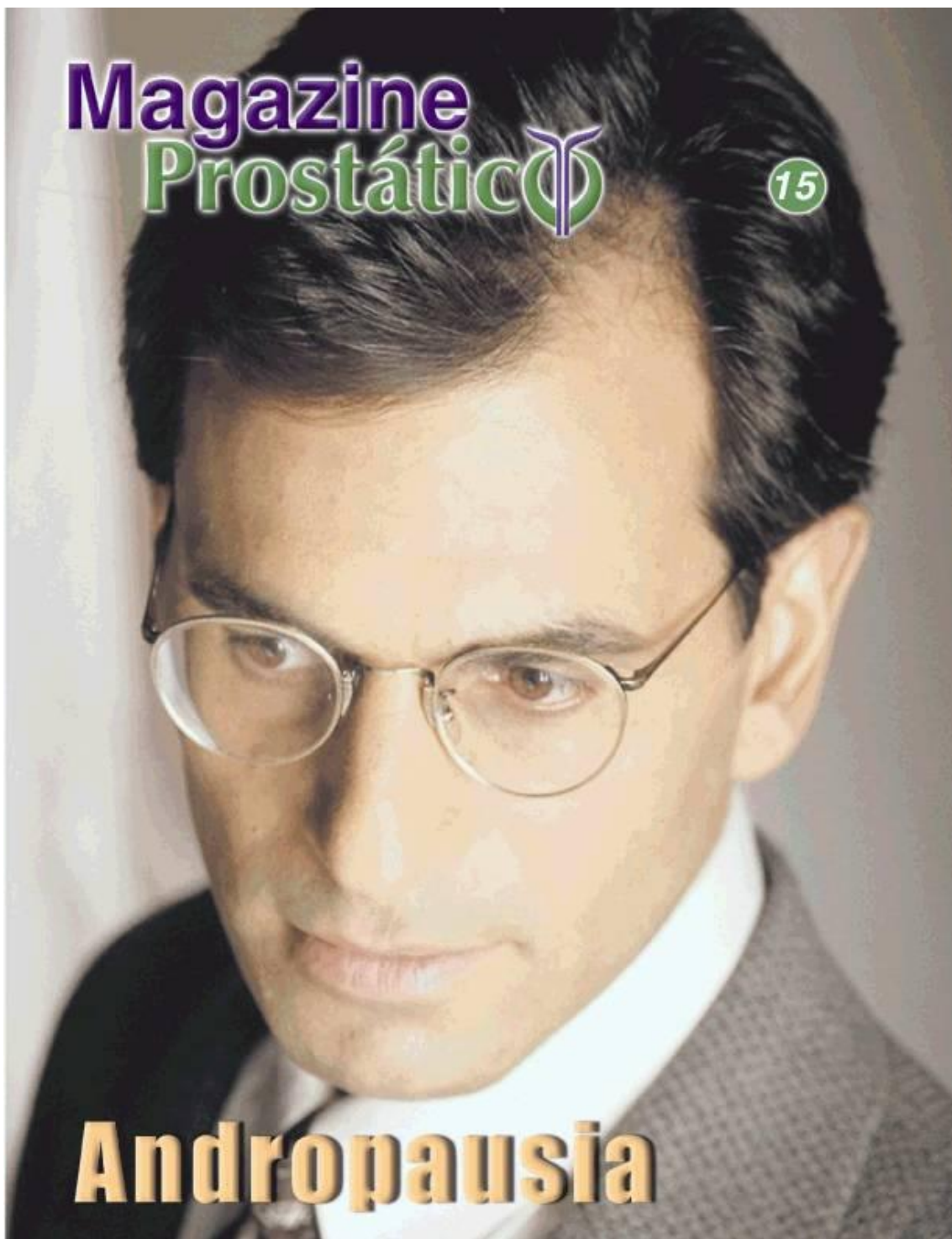


**Magazine**  
**Prostático**



15

**Andropausia**



# ¿Qué es la Andropausia?

La Andropausia se reconoce como una entidad médica, de ahí el continuo y creciente interés en este campo de estudio en las últimas décadas. También conocida como climaterio masculino esta etapa de la vida del hombre fue ignorada en la creencia de que todos los síntomas obedecían al envejecimiento natural y no a trastornos hormonales como lo evidencian las recientes investigaciones. El conjunto de investigaciones

reflejadas en la literatura médica mundial apoya el punto de vista de su existencia en torno a que un grupo de hombres alrededor de los 50 años de edad desarrolla una verdadera deficiencia hormonal parcial múltiple, en sangre, predominantemente androgénica. Tal es el caso de la disminución en grupos de hombres de edad madura de la testosterona libre, que permite inferir que la producción de andrógenos está relacionada con la edad y puede explicar esta dolencia.

## Síntomas y Diagnóstico

Los síntomas generalmente son leves y graduales y cubren un amplio espectro con cambios físicos y mentales según los órganos comprometidos, por ello afectan la calidad de vida y productividad. Algunos de los más comunes y que coinciden con los que se presentan durante la menopausia femenina son: depresión, fatiga, disminución del deseo (libido), potencia y actividad sexual (disfunción eréctil), nerviosismo, ansiedad, cambio de humor, insomnio, pérdida de la memoria, disminución del volumen y la fuerza muscular (atrofia), fracturas óseas (osteoporosis), obesidad abdominal, crecimiento benigno de las mamas (ginecomastia) calvicie, pérdida del interés, entusias-

mo y bajo rendimiento intelectual, entre otros.

En tal sentido, muchos de los pacientes suelen ser evaluados por un equipo multidisciplinario, dentro de los cuales el Urólogo tiene un rol de suma importancia, no sólo por su contribución al diagnóstico sino porque comparte responsabilidad en la indicación del tratamiento y en los controles que descarten patologías tumoral prostática benigna (Hiperplasia) o maligna (Cáncer). Asimismo, se deberán realizar pruebas de laboratorio generales, especiales (hormonales y oncológicas) que lo sustenten o diferencien de otras enfermedades.







## Tratamiento

**E**l mejor tratamiento es la prevención, lo cual se logra con una adecuada dieta, ajuste de peso, actividad física (ejercicios dirigidos), cambios de hábitos de vida (alcohol y tabaquismo), control de enfermedades asociadas y su medicación.

Actualmente (basado en la experiencia de la Terapia de Reemplazo Hormonal (TRH) durante la menopausia femenina) así como de pacientes con situaciones especiales, pérdida de los dos testículos, se emplea la TRH en pacientes con andropausia.

### La TRH es también una opción masculina

El uso de la TRH trata de administrar la hormona cuya producción es deficiente a través de medicamentos que la contengan. La andropausia es una manifestación de déficit de testosterona y cuando existen nive-

les bajos de esta hormona, en el organismo masculino el tratamiento de reemplazo puede brindar beneficios que mejoran la sensación de bienestar y la calidad de vida de las personas con este tipo de deficiencia.

Con el advenimiento de nuevos productos hormonales cuyo uso garantiza una buena tolerancia, seguridad y adecuada relación riesgo-beneficio, los pacientes en la edad madura (previa información de los riesgos y su participación activa) pueden recibir el tratamiento. Ello sumado a las medidas preventivas enumeradas anteriormente y con un adecuado control de un equipo médico idóneo, propiciará la obtención de mejoría de los síntomas subjetivos y objetivos que acompañan a la Andropausia, mayor bienestar general y un mejor rendimiento tanto intelectual como sexual.

# Después de los 40, prevención

**A** partir de la cuarta década de la vida, hombres y mujeres están obligados -más que nunca- a incrementar las medidas de prevención de la salud en favor de optar por una mayor calidad de vida en los años venideros. De los cambios de hábitos alimentarios (dietas), abandono de vicios como el alcohol, tabaco, práctica sistemática de ejercicios y control médico permanente, dependerá que los cambios fisiológicos que ocurren en el organismo femenino y masculino a partir de los 40 años, se transiten con mayor o menor severidad y consecuencias para la salud.

## Hombres y próstata

Todas las investigaciones científicas en salud masculina apuntan hacia la necesidad de que los hombres a partir de los cuarenta años comiencen a preocuparse por su próstata. La próstata es una glándula con la que vienen dotados los hombres desde el momento de su nacimiento. Normalmente pasa desapercibida durante las primeras décadas de la vida masculina. A partir de los 30 años, sin embargo, comienza a sufrir cambios microscópicos que no se evidencian ni siquiera a través del examen médico. Cuando el hombre alcanza los 40 años, la próstata se agranda a razón de 0,4 gramos por año y poco a poco comienza a presionar la uretra. El proceso se produce en etapas y afecta más rápidamente -según las estadísticas científicas- a algunos hombres más que a otros.

## Ciertos hombres, ciertas próstatas

Según los estudios ciertas características individuales y síntomas aceleran la necesidad en ciertos hombres

de acudir a la consulta del médico Urólogo, especialista idóneo para tratar tales dolencias. Se trata de:

-Ser de raza negra  
-Tener o haber tenido un familiar que haya padecido Cáncer de Próstata

-Tener cambios en los hábitos de micción, como molestias al orinar, alteraciones en el flujo urinario, eyaculación dolorosa, dolores en la baja espalda, sangre en la orina, micción (orina) intermitente, aumento en la frecuencia de orinas, incontinencia o necesidad imperiosa de orinar.

Sin embargo, la prevención debe ser asumida por todos los hombres; por que si bien durante las primeras fases de crecimiento la próstata no da síntomas, con el transcurrir de los años cada vez más la sintomatología se hace presente.

## Los síntomas prostáticos

La evidencia de que la próstata está creciendo en forma progresiva se verifica en los cambios de la micción (orinar) que inicialmente son leves pero posteriormente se agudizan. Tales síntomas pueden estar indicando la presencia de tumoraciones benignas (Hiperplasia Prostática Benigna) o malignas (Cáncer de Próstata). En caso de HPB, de la rapidez con la cual el afectado por tales síntomas acuda al médico Urólogo dependerá el atacar la dolencia en las primeras etapas y en consecuencia que el tratamiento que se siga sea probablemente menos invasivo (terapias medicamentosas y sin el empleo de cirugía).

