



CUORE E DISFUNZIONE ERETTILE

Disfunzione erettile: Il “canarino nella miniera di carbone” per le malattie coronariche

a cura di

Veronica Dan

Psicologa della Salute

competenza in Sessuologia Clinica

Background e origine della teleriabilitazione

La disfunzione erettile (DE) è tra i più comuni problemi sessuali maschili. La sua incidenza aumenta con l'età ed un terzo degli uomini nel corso della loro vita lamenta questo disturbo. Il deficit di erezione può essere il primo segnale d'allarme su seri problemi cardiovascolari e metabolici, che possono causare infarto o ictus, se non diagnosticati subito.

La sua prevalenza è

- più che raddoppiata negli ultimi 30 anni
- più di 150 milioni di uomini nel mondo
- circa 3 milioni di uomini in Italia.

L'erezione è il risultato di un'eccellente sinergia tra funzioni vascolari, nervose, ormonali, metaboliche, emotive. Sul fronte vascolare, è un esempio di funzione idraulica coordinata: lo stimolo sessuale fa aumentare rapidamente l'afflusso di sangue ai corpi cavernosi.

Di seguito, i risultati di una metanalisi condotta su 14 studi, per un totale di oltre 90.000 uomini con disfunzione erettile:

- più 44% eventi cardiovascolari
- più 62% eventi di infarto del miocardio-
- più 39% eventi di ictus

Se il segnale d'allarme (deficit di erezione) non viene colto, e non si corre ai ripari sul fronte salute, le lesioni vascolari anatomiche peggiorano e l'erezione si complica, con una crescente difficoltà ad ottenerla (deficit di induzione).

Uno stress acuto può precipitare una situazione più grave: un infarto, o un ictus, se un picco pressorio rompe un vaso del cervello, già lesa dall'arteriosclerosi.

Questo succede perché i danni anatomici interessano tutti i vasi del corpo. Lo stress anticipa l'allarme cardiologico con il problema di erezione, solo perché quello è il fronte emotivamente più sensibile e più visibile.

Le raccomandazioni

- ascoltare subito la sirena d'allarme; accanto all'uro-andrologo, è prezioso consultare il cardiologo

- migliorare la salute dei vasi con attività fisica aerobica quotidiana (camminare almeno 45 minuti al giorno)
- dieta appropriata
- controllo della glicemia e del peso
- riduzione del colesterolo e dell'alcol
- eliminazione del fumo.
-

Una normale funzione erettile è un indicatore di buona salute metabolica e cardiovascolare; la celebre definizione "Il pene come barometro della salute endoteliale" poggia su una lunga serie di evidenze scientifiche che hanno individuato l'associazione evidente ed indiscutibile fra sindrome metabolica, malattia aterosclerotica, sindrome depressiva, sintomi del basso tratto urinario e disfunzione erettile.

Bibliografia essenziale e sitografia

1. Sessa, Aurelio, et al. "La disfunzione erettile, malattie croniche e il medico di medicina generale al centro delle scelte terapeutiche."
2. Baccino, Danilo, et al. Disfunzione erettile e rischio cardiovascolare. *Giornale Italiano di Cardiologia* 24.8 (2023): 628.
3. Murrone, Adriano, et al. "Ruolo del cardiologo nelle linee guida della Società Italiana di Andrologia e Medicina della Sessualità (SIAMS) e altre dieci società scientifiche sulla diagnosi e gestione della disfunzione erettile. *Giornale Italiano di Cardiologia* 24.8 (2023): 591.
4. Alessandra Graziottin - Contraception, pregnancy, menopause, sexual dysfunctions, adolescence, gynaecology, oncology. <https://www.alessandragraziottin.it/en/index.php>