

Sexualidad, Diabetes y Obesidad: Mecanismos que se entrelazan

Jorge De Jesús MD FACE
Endocrinólogo Clínico

Puerto Rico tiene una de las más altas prevalencias de diabetes en el mundo. De acuerdo a las estadísticas publicadas por la Dra. Jessica Ramos los números son altamente alarmantes principalmente en la región Norte-Central (20.5%), lo que en parte se atribuye a una mayor concentración de personas de mayor edad en esa zona.

Una de las complicaciones que afectan la calidad de vida del paciente diabético es su sexualidad.

En este artículo se discutirán aquellos mecanismos que explican los factores que afectan la sexualidad en el varón diabético, **pero sin que esto deba interpretarse como que la sexualidad en la mujer es menos importante.**

Tanto la obesidad como la diabetes tipo 2 tienen efectos en recáprocos en la producción de hormonas sexuales.

La producción de testosterona en el varón varía con la edad. Pero en el obeso y el diabético se unen mecanismos que afectan esta situación a nivel más.

Existen estudios en varones que correlacionan la mortalidad y morbilidad del individuo con sus niveles de testosterona. Es decir, que aquellos que tienen unos niveles más bajos de testosterona, tienen más mortalidad en términos generales cuando se les da seguimiento a través del tiempo.

En el diabético y también en el paciente obeso se combinan una serie de mecanismos que afectan la producción de hormonas sexuales a nivel del cerebro. No olvidemos que el órgano sexual más importante en el ser humano es su cerebro.

La resistencia a la insulina, y la obesidad evitan que se activen los mecanismos para la producción de hormonas sexuales a nivel cerebral. Esto causa que la producción de testosterona a nivel del testículo disminuya (en el caso del varón).

En algunos de mis pacientes que se han sometido a reducción de peso, dieta y ejercicios, he comprobado que sus niveles de testosterona se normalizan, sin que haya que darle reemplazos con esteroides.

La mujer produce menos testosterona que el hombre a través de su vida (en ovario y glándula adrenal). A pesar del interés que ha cobrado últimamente la función de la testosterona en la mujer, todavía no se tiene información tan robusta como la que tenemos en el hombre sobre sus efectos. Una de las grandes dificultades estriba que en los métodos de laboratorio disponibles para medir

testosterona en mujeres y niños no son confiables.

Sabemos que en el hombre adulto se define el "Síndrome de Testosterona Baja" utilizando criterios clínicos y confirmación de niveles bajos de testosterona por los menos en dos ocasiones.

De acuerdo a la guías publicadas, tienen que confirmarse los niveles de testosterona baja en más de una ocasión y correlacionarse con síntomas: falta de deseo sexual; disminución en erecciones matutinas; e impotencia.

Identificación de hipogonadismo en varones de mediana edad y envejecientes*

3,219 hombres entre 40-79 en ocho centros en Europa
Testosterona Total en AM
Testosterona libre calculada
Asociación entre síntomas y dintel en nivel de testosterona

Sx Sexuales	Sx Físicos	Sx Psicológicos
↓ Erecciones matutinas	↓ Actividad vigorosa	Falta de energía
↓ Pensamientos eróticos	↓ Caminar más de 1 Km	Tristeza
Disfunción eréctil	↓ Doblar; arrodillarse; hacer abdominales	Cansancio

Jorge De Jesus MD FACE

No todos los varones adultos con niveles de testosterona baja van a tener los síntomas clínicos asociados. No todos los hombres que tienen niveles de testosterona bajos van a necesitar ser tratados.

Rectángulo: Aproximadamente 14 millones hombres > 45 años que visitan su médico anualmente, van a tener deficiencia de andrógenos

No todos los hombres con deficiencia de T van a tener síntomas de hipogonadismo



NO SE RECOMIENDA REEMPLAZO DE T A TODOS LOS HOMBRES ENVEJECIENTES CON NIVELES DE TESTOSTERONA BAJA

Jorge De Jesus MD FACE

No debemos confundir la impotencia (incapacidad para tener una erección efectiva) con el síndrome de testosterona baja. La disfunción eréctil es un problema de la circulación que impide que el pene adquiera la rigidez necesaria para completar con éxito una actividad sexual. Puede haber disfunción eréctil con niveles de testosterona normales.

El tema de la testosterona en el hombre y en la mujer es uno que provoca mucho interés y del que todavía faltan piezas en este gran rompecabezas. Más que un asunto sexual, se trata de calidad de

vida. Espero que este breve resumen le resulte útil. El órgano sexual más importante es el cerebro. Los cambios que causan la obesidad y la diabetes en la sexualidad son extremadamente complicados. Tristemente se está abusando del uso de tratamientos de testosterona en el hombre y en la mujer sin que existan criterios claros de las consecuencias de dichos tratamientos. Una nota de cautela a la mujer: No existen preparaciones de testosterona aprobadas por la Administración de Drogas y Alimentos, para su uso en las féminas. Las consecuencias a largo plazo, tampoco se conocen. ¿Cómo definimos niveles de testosterona bajos en la mujer? ¿Cuál es su rol en la sexualidad? ¡todavía hay mucho que aprender!

Author

jorgedejesus