



¿Sufre de eyaculación precoz?, conozca las causas y su tratamiento

No poder controlar la eyaculación por un tiempo suficiente puede tener un origen físico o psicológico. Pero no hay razón para convivir con el problema, pues las opciones de tratamiento son múltiples y efectivas.

Todo fluye normalmente, hasta que llega el momento del climax o la penetración. Entonces, en un par de minutos sobreviene la eyaculación y, con ella, la sensación de decepción, frustración e insatisfacción, como si algo hubiera quedado faltando.

Este es el tormento que tienen que vivir muchos hombres de hoy, afectados por la eyaculación precoz, un problema cuya definición más aceptada, según Luis Fernando Echeverry, cirujano urólogo de la Fundación Salud Hombre, es la de los investigadores Masters y Johnson, quienes la describieron en 1970 como la inhabilidad para controlar el reflejo de eyaculación por un tiempo suficiente para que la pareja llegue al orgasmo un 50% de veces.

Lo peor es que siendo un trastorno que afecta la autoconfianza y las relaciones de pareja, la mayoría de pacientes no consulta por vergüenza o machismo.

Y a medida que se avanza en edad, el problema, cuya incidencia es cercana al 30%, tiende a agudizarse. De hecho, el coordinador de urología del Centro Médico Imbanaco, Lupi Alejandro Mendoza, advierte que cuando el eyaculador precoz está joven el tiempo de recuperación entre un orgasmo y otro es corto, lo que permite brindarle no solo a él sino a su pareja más satisfacción. Pero con los años ese tiempo cada vez es mayor y se hacen más evidentes las consecuencias. De ahí que este sea un trastorno que amerite consulta, si se quiere disfrutar de mejor calidad de vida.

Una salida segura

Todos los hombres han tenido alguna vez un episodio de eyaculación precoz en su vida. Pero cuando esta situación se vuelve frecuente e incapacitante, causa malestar y



comienza a interferir con la satisfacción sexual propia o de la pareja es el momento de acudir a consulta. Igualmente, si la pareja logra un orgasmo solo en el 50% de los encuentros sexuales.

Aunque Echeverry insiste en que este no es un problema de fácil manejo, sí existen tratamientos que se valoran y ejecutan por un equipo interdisciplinario conformado por urólogo, fisioterapeuta, psiquiatra, sexólogo y psicólogo. Las opciones disponibles son:

Terapia cognitiva conductual: para que entre el paciente y su pareja intenten disminuir la angustia y el tiempo de eyaculación. Se indaga sobre la causa del estrés, que puede ser un cambio de jefe, una situación de celos con la pareja o un familiar que está viviendo temporalmente con ellos. Además, el doctor Mendoza agrega que se le enseña al paciente que la sexualidad y el orgasmo no se limitan a la penetración, sino que existen otras alternativas como los juegos, la masturbación y los besos para satisfacer a la pareja. “Solo así se alivia una gran presión sobre el paciente, porque sabe que hay otras formas de satisfacer a su pareja, incluso antes de que él alcance el orgasmo y que entonces ya no importa tanto su tiempo de eyaculación. Más aún si se trata de una pareja multiorgásmica”, agrega.

Medicamentos: se utilizan antidepresivos tricíclicos en bajas dosis, que disminuyen la ansiedad y producen relajación. Asimismo, el doctor Echeverry asegura que están disponibles los inhibidores de la recaptación de la serotonina, que hacen que esta hormona actúe por más tiempo y en mayor concentración y los alfabloqueadores y betabloqueadores, que limitan la acción de los receptores de adrenalina y noradrenalina. Para lograr el resultado esperado, los fármacos se deben tomar a diario y por lo menos por seis meses. De hecho, el efecto comienza a sentirse solo después de dos o tres semanas de tratamiento.

Existe otro tipo de medicamento, con mecanismo de acción similar a los anteriores, que se ingiere minutos antes de la relación sexual, pero tiene el inconveniente que no puede mezclarse con licor.



Crema: aplicadas sobre el pene cinco minutos antes del encuentro sexual, producen un efecto anestésico que disminuye la sensibilidad y retrasa la eyaculación, según el doctor Mendoza, quien advierte que hay que usarlas con preservativo, pues en algunos casos pueden disminuir la sensibilidad en la mujer.

Las causas

El origen exacto de la eyaculación precoz no se ha podido establecer. Sin embargo, se ha asociado con diversos factores:

FÍSICAS.

- Procesos inflamatorios de la uretra posterior (uretritis), la próstata (prostatitis) o la vesícula (vesiculitis).
- Alteraciones de la sensibilidad genital.
- Alteraciones en la concentración y el metabolismo de la serotonina, hormona asociada al placer.

PSICOLÓGICAS.

- Estrés. Es el principal desencadenante, según el urólogo Mendoza. “Casi genéticamente los hombres tienen impreso un mensaje que les dice “eyacule rápido para procrear y mantener la especie. De hecho, animales como la hiena, el caballo y el toro son eyaculadores precoces, como una forma de protegerse del ataque del enemigo”, explica. Asimismo, el estrés también puede ser producido por el temor a no satisfacer a la pareja, en personas con baja autoestima o que han recibido reclamos de ese tipo en su vida sexual.
- El rol de la pareja. Echeverry enfatiza que cuando la mujer culpa al hombre, lo rechaza, le dice que su problema de eyaculación obedece a que ya no la quiere o a que tiene a otra persona, puede agudizar aún más este trastorno.
- Trastornos de la personalidad, conductas inconscientes de castración hacia sí mismo o de venganza contra la pareja.