

**Autor:** Diogo Queiroz Magalhães, Rita de Almeida Rebelo

**Última atualização:** 2017/09/13

**Palavras-chave:** Diabetes mellitus, Disfunção erétil, Ereção peniana

### Resumo

A disfunção erétil é um problema comum em homens com Diabetes Mellitus. Tende a ser mais severa e a surgir mais cedo nestes doentes, devido à deterioração que provoca nas funções orgânicas que permitem a ereção. É possível que existam outras patologias associadas à diabetes que provoquem ou agravem ainda mais a disfunção erétil.

Muitos hesitam em abordar este problema com os profissionais de saúde, mas é importante referir que, quanto mais cedo se fizer o diagnóstico, maior será o número de opções terapêuticas disponíveis para o doente. Para além do tratamento farmacológico, as mudanças no estilo de vida e um bom controlo glicémico estão associados a uma melhoria da função e atividade sexual.

## Disfunção erétil e Diabetes

**Disfunção erétil** define-se como a incapacidade persistente de atingir ou manter uma ereção peniana eficaz para uma relação sexual satisfatória.

É um problema que afeta cerca de 150 milhões de homens em todo o mundo. Pode ter diversas causas, sendo que a sua prevalência aumenta com a idade, principalmente a partir dos 60 anos.

A diabetes mellitus é uma das doenças crónicas mais comuns, e constitui um conhecido fator de risco para a disfunção sexual.

A ereção peniana é um processo complexo, que necessita de vasos sanguíneos, neurónios e níveis hormonais saudáveis. O controlo inadequado da diabetes mellitus provoca uma deterioração gradual do funcionamento dos vasos sanguíneos e das funções nervosas, o que prejudica a ereção.

O risco de um homem com diabetes mellitus desenvolver disfunção erétil é cerca de 3 vezes maior do que num homem não-diabético, e pode surgir até 10-15 anos mais cedo. Além disso, a patologia é aparentemente mais severa nestes doentes, respondendo pior ao tratamento com fármacos, e apresentando um impacto significativo na qualidade de vida.

## Na Consulta

Não é fácil lidar com esta doença, que pode causar grande frustração e prejudicar a dinâmica do casal. Apesar do sofrimento que provoca, muitos homens mostram-se relutantes em abordar o problema com os profissionais de saúde.

É fundamental que o doente discuta os sintomas que o afligem com o médico assistente, mal estes surjam. Convém

salientar que para além da diabetes, existem outras causas de disfunção erétil que importa despistar, sendo que quanto mais precoce for o diagnóstico, mais cedo se inicia o tratamento e melhor é o prognóstico.

Nos doentes com diabetes, um dos aspetos mais importantes é o **controlo adequado da glicemia**. Um bom controlo metabólico depende de uma alimentação equilibrada, da prática regular de atividade física e da medicação instituída, e estes são, em primeiro lugar, responsabilidade do próprio doente.

É relativamente comum homens com diabetes apresentarem concomitantemente **outros problemas de saúde** que podem provocar ou agravar a disfunção erétil, e que devem ser devidamente controlados, como doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, obesidade, hábitos tabágicos, depressão, ansiedade, stress, entre outros. Alguma da **medicação** habitualmente usada para controlar outras patologias como a depressão e a hipertensão pode apresentar efeitos negativos no desempenho sexual. Em muitos casos há alternativas terapêuticas que possam ultrapassar ou minorar os efeitos secundários.

É preciso deixar cair o tabu: o profissional de saúde está disponível para ajudar.

## Tratamento

---

Existem vários tratamentos diferentes disponíveis. A decisão pela melhor opção varia consoante cada caso concreto, em função da situação clínica do doente, das suas expectativas e da sua vontade, e da realidade local específica.

Entre os fármacos orais de primeira linha estão os **inibidores da PDE-5**, que incluem o *Avanafil*, o *Sildenafil*, o *Tadalafil*, e o *Vardenafil*. Estes atuam aumentando o fluxo sanguíneo dos corpos cavernosos do pénis durante a estimulação sexual. Apresentam taxas de eficácia entre 70-80% e são considerados seguros no doente diabético controlado. Estão contraindicados nos doentes com angina instável, AVC, enfarte recente ou outros problemas cardiovasculares e nos que estão medicados com nitratos. São medicamentos de **prescrição médica obrigatória** pois obrigam a uma avaliação cuidada do benefício e do risco. E devem ser **adquiridos exclusivamente nas farmácias**, evitando a sua encomenda através da internet ou outros fornecedores não sujeitos a controlo, devido ao risco de alterações na sua composição.

A publicidade enche os media e a internet com mensagens sobre **suplementos alimentares**, sob a forma de comprimidos e afins, que promovem o aumento da libido e a melhoria da performance sexual. Infelizmente, a maioria não apresenta estudos credíveis nem sobre a sua eficácia nem sobre a sua segurança, pelo que devem ser considerados potencialmente perigosos, sobretudo em pessoas com diabetes mellitus, e a sua utilização evitada. Alguns podem inclusivamente conter componentes contraindicados em certos doentes!

### **Uma vez mais antes de comprar, informe-se com o seu médico assistente.**

Os **dispositivos de vácuo**, que permitem a ereção através da aplicação de pressão negativa, também apresentam boa eficácia, embora as taxas de satisfação diminuam a longo prazo.

Tratamentos de segunda linha incluem a aplicação de **alprostadil**, seja por via intrauretral ou através de injeções intracavernosas. As taxas de eficácia rondam os 70%, e pode ser uma alternativa eficaz nos doentes onde os inibidores da PDE-5 não funcionam.

Como última linha, em caso de não haver resposta a outros tratamentos ou se o doente procura uma solução mais permanente, existe a **opção cirúrgica** que inclui a implantação de próteses penianas.

Para além destas opções, **é fundamental manter um estilo de vida saudável**. As melhorias tornam-se evidentes com algumas alterações ligeiras no quotidiano. Uma alimentação equilibrada, atividade física regular, controlar o excesso de peso, deixar de fumar e saber gerir o stress do dia-a-dia são medidas que contribuem para uma melhor função erétil e uma vida sexual mais satisfatória para o homem com diabetes.

## Conclusão

---

Um bom controlo metabólico, estilo de vida saudável, tratamento adequado e um regular acompanhamento de saúde são fundamentais para a abordagem eficaz da disfunção erétil no homem com diabetes.

## Referências recomendadas

---

- [EAU, 2009 Orientações sobre disfunção sexual masculina](#)
- [Sociedade Portuguesa de Andrologia](#)
- [Erectile dysfunction and diabetes: Take control today - Mayo Clinic](#)
- [Diabetes and Erectile Dysfunction Diabetes.co.uk, 2017](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) •

[Diogo Queiroz Magalhães](#) • [Rita de Almeida Rebelo](#)