

INFERTILIDAD

- La infertilidad es un problema muy común en el varón. Entre el 10 y el 15% de las parejas encuentran dificultades para tener hijos y el hombre es responsable del 40% de esos casos y corresponsable de otro 20%.
- Las causas de la esterilidad masculina están relacionadas con la producción de espermatozoides e intervienen tanto factores hormonales como testiculares (inflamación, infección, temperatura, ausencia de testículos). La exposición a la radiación, el empleo de pesticidas o de sustancias tóxicas empleadas en la industria, junto con el tabaquismo, son factores que pueden contribuir al deterioro del semen.

HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

- Llevar una vida sana, comer adecuadamente, no fumar y evitar el sedentarismo, junto con la prevención y el diagnóstico precoz, son requisitos indispensables para superar con buena salud los 77 años, que es la esperanza de vida actual de la población masculina española.
- Una dieta saludable, la práctica de ejercicio físico de forma regular y evitar el sobrepeso, el tabaquismo y el consumo inapropiado de alcohol son medidas imprescindibles para promocionar la salud. Muchos varones se tienen que plantear un cambio importante en su estilo de vida si quieren reducir el riesgo de padecer alguno de los cánceres más frecuentes, evitar un envejecimiento precoz y, sobre todo, prevenir la aparición de las enfermedades crónicas asociadas a la edad y que tan graves secuelas pueden acarrear, como las enfermedades cardiovasculares o los accidentes cerebrovasculares.
- Finalmente, el estrés y las alteraciones del sueño pueden ocasionar problemas de salud o empeorarlos. Mantener hábitos de vida saludables ayudará a conseguir un sueño regular, y con ello a evitar muchos trastornos.

PARA MÁS INFORMACIÓN

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE UROLOGÍA

www.aeu.es
Teléfono: 91.364.08.49
E mail: aeu@aeu.es

MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO

www.msc.es

www.muface.es

<http://www.060.es>



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE ADMINISTRACIONES
PÚBLICAS

EL VARÓN Y MUFACE

CONSULTE SIEMPRE A SU MÉDICO

Marzo 2009
muFace

LOS PROBLEMAS DE SALUD PROPIOS DEL VARÓN

- En la última Encuesta Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad y Consumo un 75'1% de los hombres declaró tener un excelente o buen estado de salud.
- Sin embargo, un gran porcentaje de hombres confiesa a su vez que nunca o casi nunca se hace una revisión médica.
- Por su parte los expertos consideran que no es preciso tener síntomas de una enfermedad para acudir a un especialista.
- Como en el caso de la mujer, el diagnóstico precoz es importante para prevenir algunas patologías que aparecen en el varón a partir de una determinada edad.

MUFACE GARANTIZA LAS PRESTACIONES PREVENTIVAS NECESARIAS PARA QUE LA POBLACIÓN MASCULINA ALCANCE UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE.

- Prácticamente todas las patologías específicas del varón tienen que ver con el sistema reproductor. Desde el nacimiento, y durante los primeros meses, los niños deben someterse a un seguimiento exhaustivo por parte de pediatras para detectar precozmente patologías o problemas testiculares y que pueden tener consecuencias en la edad adulta si no son tratados a tiempo.

CRIPTORQUIDIA

- La ausencia de testículos en el escroto debe ser detectada por el pediatra en cuanto el niño nace. Es importante un diagnóstico precoz, basado en la exploración física para, en su caso, resolver la patología mediante el tratamiento quirúrgico procedente y evitar una posible esterilidad.

MALFORMACIONES CONGÉNITAS

- El diagnóstico y tratamiento está incluido dentro de las prestaciones sanitarias con la misma amplitud y criterios que en el Sistema Público.

CÁNCER DE TESTÍCULOS

- El cáncer de testículos es el más frecuente del adulto joven. Cada año se producen entre tres y seis nuevos casos por cada 100.000 hombres.
- Detectado a tiempo puede ser una enfermedad con muchísimas posibilidades de curación. Es importante realizar **autoexploraciones** para localizar enseguida cualquier anomalía.

LA PRÓSTATA Y SUS PROBLEMAS

- A partir de los 50 años pueden producirse en el varón las patologías más características. Uno de cada cuatro hombres de esta edad, la mitad de los varones mayores de 60 y entre el 80-90% de los mayores de 80 años, desarrollan hiperplasia benigna de próstata (HBP).
- El diagnóstico de la HBP en sus etapas tempranas disminuye el riesgo de complicaciones futuras. Una vez detectada puede controlarse mediante tratamiento médico para evitar los síntomas y/o complicaciones o recurriendo a un procedimiento quirúrgico.
- El cáncer más frecuente en el varón se localiza en la próstata, siendo la tercera causa más común de muerte en hombres de todas las edades.
- Al tratarse de una patología que no presenta síntomas iniciales, los urólogos insisten en la necesidad de realizar controles médicos rutinarios a partir de los 50 años.

DISFUNCIÓN ERÉCTIL Y “ANDROPAUSIA” (HIPOGONADISMO DE ORIGEN TARDÍO)

- Son los varones mayores de 40 años los más propensos a padecer disfunción eréctil, una patología muy frecuente entre la población masculina. En España el 30% de los varones de entre 40 y 70 años padece algún tipo de impotencia, y muchas veces es un síntoma de aviso de otras enfermedades que aún no se han manifestado.
- Conocida también como impotencia sexual, se cura en el 90% de los casos siguiendo un tratamiento adecuado.
- Son muchas las enfermedades y hábitos tóxicos que pueden producir disfunción eréctil, y la edad es también un factor de riesgo, aunque tampoco una causa inevitable de ésta. El consumo de tabaco, la falta de ejercicio físico regular, el sedentarismo y el estrés, así como el consumo de drogas (heroína, cocaína, etc.) se encuentran entre sus causas.
- Los factores psicológicos, por su parte, están detrás del 30 al 50% de estas patologías.
- Otra consecuencia de la edad es la “andropausia” (hipogonadismo de origen tardío). A partir de los 40-50 años la disminución de testosterona provoca una serie de trastornos graduales que pueden ir acompañados de cambios de actitud y estado de ánimo: fatiga, falta de energía, de impulso sexual y de agilidad física. En España, uno de cada cinco varones mayores de 45 años presenta estos síntomas. Sin embargo, un alto porcentaje no consulta este problema con su médico.
- Este trastorno puede tratarse con terapias hormonales que ayudan a recuperar el nivel de testosterona.

VASECTOMÍA

- Está incluida su cobertura dentro del programa de planificación familiar, con los mismos criterios y amplitud que en el Sistema Público de Salud.