

**SALUTE sì o no?** È legata alla diminuzione del testosterone e spesso viene trascurata

# ANDROPAUSA, AIUTA IL TUO UOMO A RICONOSCERE I SINTOMI

## Provoca calo della libido, stanchezza e aumento del grasso addominale

### SOLO LA DONNA, CON L'ETÀ, VA INCONTRO A PROBLEMI ORMONALI?

**NO** Gli anni avanzano e gli equilibri ormonali tendono a modificarsi in tutti e due i sessi. Gli ormoni sessuali vengono prodotti da due ghiandole, le gonadi, che nelle donne sono le ovaie e invece negli uomini i testicoli. Nel maschio, affinché l'equilibrio ormonale sia mantenuto, deve esserci una buona funzionalità della tiroide e, nello stesso tempo, l'ipofisi – ossia la ghiandola che si trova alla base del cranio – deve secernere la giusta quantità di Fsh (ormone follicolo stimolante, importante per la produzione del liquido seminale maschile) e di Lh (ormone luteinizzante, che stimola la produzione di testosterone nell'uomo).

### SI MANIFESTA IN MODI SPECIFICI?

**SÌ** Quando la produzione di testosterone nel corpo maschile cala e, dunque, l'azione di questo ormone è meno efficace, si possono manifestare calo della libido, disturbi dell'erezione, stanchezza fisica e mentale, perdita di muscoli e aumento del grasso, specialmente a livello addominale. Spesso agli uomini che lamentano questi sintomi c'è chi risponde: «È l'età». Invece può trattarsi dell'andropausa. Per questo, davanti a certi sintomi, gli uomini devono chiedere aiuto all'andrologo. Sarà lui a valutare la Tos, la terapia ormonale sostitutiva, in grado di contenere e annullare gli effetti collaterali del calo ormonale. È la stessa cosa che fanno le donne per contrastare i sintomi della menopausa. Solo che loro sono abituate a consultare il ginecologo fin dalla giovane età, mentre troppi uomini non sanno an-



### NESSUNA VERGOGNA

La donna abbraccia il compagno. Se con l'avanzare dell'età lui ha un calo della libido legata alla minore produzione di testosterone, niente panico. L'importante è aiutarlo ad aprirsi e parlarne, in modo da chiedere un consulto medico e trovare la cura giusta.

cora quanto può essere d'aiuto il consulto dell'andrologo.

### INTEGRARE L'ORMONE MASCHILE È SICURO?

**SÌ** Il testosterone è utilizzato con serenità da molti uomini in Paesi stranieri come gli Stati Uniti, mentre in Italia viene ancora demonizzato perché si pensa possa provocare gravi malattie. Le ultime pubblicazioni scientifiche, invece, hanno dimostrato che l'integra-

zione di testosterone non è associata al cancro alla prostata, ma che può addirittura avere una funzione protettiva. Inoltre mantenere una giusta quantità di testosterone nel corpo può anche avere un'azione contro le malattie cardiovascolari.

### SI ASSUME SOLO CON LE INIEZIONI?

**NO** Ci sono anche terapie di testosterone sostitutive che possono essere prese per bocca, sotto forma di pil-

lole, e per via transdermica, attraverso un gel da spalmare ogni giorno sull'addome, sull'interno coscia o sulla spalla. Attenzione: non tutti i pazienti rispondono al trattamento nello stesso modo, quindi la terapia ormonale va seguita e controllata dall'andrologo, in modo da poterla tarare al meglio.

### C'È SOLTANTO UN TIPO DI FARMACO PER L'ANDROPAUSA?

**NO** Tra le molecole che possono essere utilizzate nella terapia ormonale sostitutiva per l'uomo c'è anche il dhea, ormone prodotto dalle ghiandole surrenali, che contribuisce alla produzione di testosterone. Ci sono infine anche gli anti estrogeni. Queste sostanze bloccano l'attività dell'estradiolo, ormone che nella donna è abbondante e che si trova in piccole quantità anche nell'uomo. Quando il valore nel maschio aumenta bisogna intervenire, bloccandolo, per evitare che interferisca con la naturale attività del testosterone.

### È UTILE CONSIGLIARE AL PARTNER DI FARE UNA VISITA?

**SÌ** Molti uomini provano imbarazzo davanti ai sintomi che colpiscono la loro sfera più privata e appannano la loro virilità. Quindi spesso tendono a sminuirli e a non preoccuparsene, lasciando che il problema peggiori. Per questo le donne hanno un ruolo importante: in questi casi parlare senza vergogna di certi cambiamenti e suggerire un controllo dall'andrologo è la cosa migliore da fare. Lo specialista, con una visita e gli esami del sangue, saprà subito suggerire le terapie per un rapido miglioramento della qualità della vita. ◆



Con la consulenza del dottore **ANDREA MILITELLO**, urologo e andrologo perfezionato in seminologia e implantologia protesica, docente alla Federiciana Università popolare.