


# Qual è il significato di Impotenza?

Hai difficoltà nei rapporti sessuali? Sono diversi mesi che non riesci a concludere positivamente un rapporto intimo? Pensi di essere affetto da **impotenza**? Non conosci precisamente il significato di **impotenza maschile**?

L' **impotenza** è una disfunzione sessuale più correttamente definita **disfunzione erettile**. Diventa patologica se incide negativamente sulla relazione di coppia.

Vediamo insieme il significato di **impotenza maschile** e di cosa esattamente si tratta, le cure e i rimedi, anche naturali. Sono riportate le **linee guida impotenza** dell'NIH americano.

 Un uomo su 5 soffre di impotenza o disfunzione erettile. Ha dei problemi nell'erezione del pene.

[sitemap]

## Impotenza

La disfunzione erettile è stata definita chiaramente dal [National Institute of Health americano](#).

Si tratta della continua o ripetitiva incapacità a raggiungere e mantenere un'erezione del pene sufficiente ad avere un rapporto sessuale soddisfacente.

Riguarda in questo senso sia la coppia eterosessuale che omosessuale.

## Impotenza maschile

Iniziamo col dire che una buona relazione sessuale è finalizzata, in natura, a unire le cellule riproduttive maschili e femminili al fine di generare embrioni validi. La

natura ha dato infatti grande importanza al rapporto intimo in funzione riproduttiva. Parliamo qui ovviamente di coppie eterosessuali. L'impotenza maschile riguarda in ogni caso il maschio sia eterosessuale che omosessuale.

Nella nostra cultura, una buona relazione intima di coppia assume significati molto più ampi ed incide sul benessere psichico e fisico sia della coppia eterosessuale che della coppia omosessuale maschile.

Il meccanismo dell'erezione è concettualmente semplice. Si tratta di:

- un aumento della quantità di sangue e di conseguenza della pressione all'interno dei [corpi cavernosi](#) del pene
- i corpi cavernosi sono una specie di spugna che si riempie di sangue
- il sangue affluisce al pene e non defluisce con meccanismi che oggi sono sempre più conosciuti
- l'erezione è come una sorta di gonfiaggio del pene che determina l'erezione corretta per il tempo necessario a portare a termine il rapporto sessuale
- anche nella donna esiste un meccanismo simile a livello del clitoride, che pure possiede dei corpi cavernosi

Affinchè i corpi cavernosi possano gonfiarsi, occorre un meccanismo di rilassamento vascolare, che fa dilatare i vasi sanguigni e affluire il sangue. E' necessario poi un meccanismo di blocco del deflusso del sangue, per mantenere l'erezione. Quando il pene è flaccido, i vasi sono contratti e il sangue non affluisce.

Complessi meccanismi sovrintendono al gonfiaggio del pene. Sono di natura nervosa e chimica. Sono influenzati dalla componente psichica e da una buona relazione di coppia. Le componenti neuro-chimiche principali sono le catecolamine e l'ossido nitroso. Il meccanismo dell'erezione viene mantenuto quando le fosfodiesterasi, enzimi importantissimi, sono

inibite. Per questo i **principali farmaci** che si utilizzano nella **disfunzione erettile** sono **gli inibitori delle fosfodiesterasi**.

## **Impotenza: cause**

Sono state codificate in 3 componenti:

- cause organiche
- impotenza psicologica
- cause relazionali

Le **cause organiche** riguardano la presenza di malattie che possono causare l'impotenza maschile. Tra le cause di impotenza maschile ci sono malattie generali e condizioni come:

- età
- diabete
- ipertensione
- uso di alcuni farmaci
- altre malattie

Le cause organiche di impotenza maschile aumentano con l'aumentare dell'età cronologica del maschio ma incidono a tutte le età.

Le **cause relazionali di impotenza** sono legate alla qualità del rapporto di coppia.

- aumentano con l'età, ma meno significativamente rispetto alle cause organiche
- la causa relazionale si ritrova più spesso nel giovane, ma meno nell'adulto e nell'anziano

L'**impotenza psicologica** riguarda i disturbi del dominio della mente.

- aumenta con l'età fino ai 50 anni, poi si riduce
- può legarsi all'ansia

- può essere causata da depressione

## Impotenza: rimedi naturali

Nella pratica, per l'impotenza rimedi naturali non ce ne sono. A volte, si possono provare alcune sostanze naturali per ridurre la depressione, come per esempio:

- Iperico: è il più efficace
- Valeriana
- Eleuterococco
- Passiflora
- Camomilla
- Tiglio
- Menta piperita
- Biancospino

L'efficacia di questi prodotti per correggere l'impotenza è comunque molto dubbia, a parte per l'iperico, in caso di depressione.

## Impotenza: cosa fare

Per prima cosa, occorre una diagnosi corretta.

Il nostro protocollo prevede:

- la raccolta della storia clinica del paziente e della/del partner
- una serie di questionari, in parte auto-somministrati cui il paziente risponde da solo anche a casa
- una intervista strutturata, cioè con domande poste dal Responsabile completa la raccolta della storia clinica
- richieste di esami del sangue, idonei a escludere la presenza di malattie sottostanti
- in caso di necessità, consulenze endocrinologica e cardiologica
- l'[esame del liquido seminale](#) è utile in molti casi,

- soprattutto quando l'impotenza coesiste con la [sterilità](#)
- in caso di cause psicologiche o relazionali (il funzionamento della coppia), la figura dello psicologo clinico entra in gioco
  - una volta terminata la fase diagnostica, il protocollo prevede la fase terapeutica che sarà indirizzata a risolvere la componente causale prevalente

## **Approfondimenti**

[Shamloul R, Ghanem H. Erectile dysfunction. \*Lancet\*. 2013;381\(9861\):153-165](#)