

¿Por qué se necesita la testosterona para una vida sexual plena?

A todo hombre le preocupa su rendimiento sexual, y a las mujeres también. Por eso, sigue un informe para que se pueda reconocer los síntomas que avisan de su padecimiento y, puede que en algunos casos, encontrar alguna solución

La llegada de la madurez en los hombres tiene algunos aspectos indeseables. Junto con la disminución de la fuerza, se manifiesta un descenso de la libido y una menor calidad en el desempeño sexual. Todo esto es resultado de la disminución en los niveles de testosterona, la hormona masculina fuente de sus características y de su vitalidad.

Si bien la disminución de esta hormona no es demasiado marcada en todos los individuos, en algunos puede acentuarse y dar lugar algunos trastornos de salud. Afortunadamente, la medicina moderna ha considerado opciones para proveerla y reducir las alteraciones resultantes de su disminución.

Síntomas de disminución de testosterona

La primera señal que hace pensar en que se puede estar sufriendo una disminución de la testosterona es la evidente depreciación del deseo sexual. Este también va acompañado de una menor calidad en la performance íntima. Tal vez se pueda tener una erección, pero carece de la firmeza que hacía del acto sexual algo más satisfactorio.

Si esta reducción de la hormona masculina aumenta, es bastante usual que también manifieste disfunción eréctil o impotencia. No obstante, también hay otros aspectos que hay que considerar como señales de que ésta escasea en el organismo.

Cuando el cansancio físico es frecuente, o el estado de ánimo fluctúa entre la depresión o el mal humor, esto también es señal de la falta de testosterona en el cuerpo. Se evidencia además en un descenso de la masa muscular junto con la fuerza, menor presencia de vello, aumento de la grasa y tendencia a la osteoporosis. La falta de testosterona en el organismo es también fuente de marcados problemas de salud y de una disminución en la calidad de vida.

Tratamientos posibles

Es posible tratar este problema con un especialista en urología y andrología, quien va a realizar una serie de chequeos para determinar la verdadera fuente del problema. Sucede que 3 de cada 5 hombres relacionan estos síntomas con otros problemas físicos, como la diabetes, la depresión o el estrés. En consecuencia tardan en acudir al profesional adecuado.

Un análisis de sangre es uno de los pasos mediante los cuales se determina el nivel de testosterona libre en el organismo. Si este es deficiente, hay dos maneras de tratar este problema.

Medicamentos externos: en primera instancia se utilizan remedios externos que proveen testosterona al organismo. Se pueden presentar en forma de geles, parches o comprimidos medicinales. Todos estos aportan versiones sintéticas de la hormona y suelen ser una vía eficiente para reducir los síntomas y mejorar la vida sexual.

Inyecciones periódicas: si el organismo parece no responder profundamente a la opción anterior, lo que sigue es proceder a inyecciones periódicas. Es lo que se entiende como terapia de reemplazo de testosterona. Se realizan cada 3 o 4 meses, hasta garantizar que su nivel se ha equilibrado en el organismo.

Efectos secundarios

Frecuentemente se suele relacionar los tratamientos de testosterona con el desarrollo del cáncer de próstata. Este mito ha sido derribado por diversos estudios científicos que demuestran que la hormona masculina no provoca el desarrollo de esta enfermedad.

Lo que sí puede suceder es que si el varón ya tenía cáncer en forma latente, el tratamiento de testosterona puede producir un aumento de dicho cáncer. Por eso, es muy importante realizar un diagnóstico médico, con el fin de realizar una detección de este, antes de proceder a la sustitución de testosterona.

Influencia del estilo de vida

Cuando se quiere prevenir la disminución de testosterona, los médicos coinciden que el estilo de vida puede regular y aumentar la producción de esta hormona. Para prevenir su disminución con frecuencia se aconseja una mejoría en el estilo de vida.

El descenso de peso, el consumo de zinc y la eliminación del estrés son factores que previenen este problema y que también lo combaten. La ejercitación regular, además de reducir el volumen corporal, estimula la circulación de la sangre y esta, a su vez ayuda a aumentar la producción de la hormona masculina.

Suplementos naturales

Con el fin de privilegiar los métodos más saludables, la medicina actual ha puesto su mirada en los beneficios que proveen suplementos naturales. Se ha corroborado el efecto que tienen hierbas y raíces en el desarrollo de la testosterona. Algunas de estas son el extracto de semillas de testofen fenugreek, la maca peruana, el tribulus terrestris y el epidenium.

Si bien estas son opciones un poco difíciles de adquirir en el mercado, existe un suplemento que contiene gran cantidad de estas hierbas. Se trata de Rx24, que es conocido como un suplemento para culturistas. No obstante, como su principal función es estimular la producción de testosterona en el organismo, este se presenta como una opción viable para tratar este problema. Se trata de comprimidos realizados en forma natural que se deben consumir diariamente para que la hormona masculina se multiplique en el organismo. Así es como incrementa fuerza y mejora la actividad sexual.

Y aunque muchos se animan a comprarlo sin consulta médica, siempre se debe insistir con que no hay mejor recomendación que la de un profesional. Por eso, es recomendable acudir a un médico de confianza y contarle lo que sucede para encontrar el mejor camino para atacar el problema y también más saludable para cada organismo.

Datos de contacto:

OpinionSalud

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Sociedad](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>