

Disfunción eréctil en jóvenes: Cómo el excesivo consumo de azúcar afecta el rendimiento sexual

Un estudio presentado en la reunión anual de la Endocrine Society, realizada recientemente en San Francisco, Estados Unidos, encendió las alertas sobre los efectos del consumo excesivo de azúcar en la salud sexual masculina.

La investigación expuesta en este importante encuentro internacional de endocrinología concluyó que los altos niveles de glucosa en sangre podrían estar relacionados con la disfunción eréctil en hombres jóvenes, incluso en aquellos sin antecedentes médicos previos.

Anuncio Patrocinado

Los hallazgos no solo preocupan por su impacto clínico, sino también por el contexto global de creciente consumo de azúcares y hábitos alimenticios poco saludables, especialmente en poblaciones jóvenes.

“Aunque la edad y los niveles de testosterona han sido considerados durante mucho tiempo un ímpetu para el declive de la salud sexual de los hombres, nuestra investigación indica que estos cambios se correlacionan más estrechamente con aumentos modestos en el azúcar en la sangre y otros cambios metabólicos”, asegura Michael Zitzmann, profesor y doctor en medicina en el Hospital Universitario de Münster.

WAVM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

-  Impresiones
-  Manejo de redes sociales
-  Videos y fotografías profesionales

 **Conversemos por WhatsApp**



Disfunción eréctil en jóvenes: Cómo el excesivo consumo de azúcar afecta el rendimiento sexual

Para el doctor Luis Alarcón, Jefe de postgrado de Urología de la Universidad de Santiago de Chile, una alimentación rica en azúcar favorece el desarrollo de resistencia a la insulina, obesidad y diabetes tipo 2, todas condiciones que afectan negativamente la función sexual masculina. Estos factores alteran la salud vascular, metabólica y hormonal, y están entre las principales causas de disfunción eréctil.

“El azúcar en exceso provoca una cascada de efectos negativos en el sistema vascular. La hiperglucemia crónica genera daño endotelial —es decir, deteriora el revestimiento interno de los vasos sanguíneos—, disminuye la biodisponibilidad de óxido nítrico (una molécula esencial para la vasodilatación) y aumenta el estrés oxidativo. Todo esto impide una adecuada irrigación de los cuerpos cavernosos del pene, lo que dificulta o impide la erección. En términos simples: si los vasos sanguíneos están dañados, la erección no ocurre o no se mantiene”, sostuvo el especialista a [Diario Usach](#).

Según el doctor Alarcón, en los últimos años se ha registraron un aumento de hombres jóvenes consultando por disfunción eréctil. Si bien, antes era un motivo de consulta casi exclusivo de hombres sobre los 50 años, ahora es frecuente ver en consultas a pacientes en sus 20 o 30 años.

“Muchos de ellos no tienen enfermedades de base, pero sí presentan factores de riesgo como sobrepeso, sedentarismo, consumo elevado de azúcar o ansiedad. Esto refleja un cambio claro en el perfil del paciente: más joven, con síntomas precoces, y muchas veces con una causa multifactorial”, afirmó.

¿Cree que hay desconocimiento o tabúes en torno a la disfunción eréctil en pacientes jóvenes?

Muchos hombres jóvenes sienten vergüenza de hablar del tema, lo asocian a un “fracaso” personal o creen que es algo que solo les ocurre a personas mayores. Esto retrasa la consulta, genera ansiedad y perpetúa un círculo vicioso. También hay desconocimiento: muchos no saben que la disfunción eréctil puede ser una señal de alerta de un problema metabólico o cardiovascular en desarrollo. La educación sexual integral y la normalización de la salud sexual masculina son clave para romper estos tabúes.

y tú, ¿qué opinas?