



Ion Madina y Javier Azparren hablan hoy en San Sebastián sobre incontinencia urinaria, disfunción eréctil y cáncer de próstata. :: LUIS MICHELENA

«La disfunción eréctil en jóvenes es por presión social o personal»

Ion Madina y Javier Azparren Urólogos

Ofrecen hoy una charla sobre la incontinencia urinaria en Donostia, en Aula de Salud de Policlínica Gipuzkoa

:: CRISTINA TURRAU

SAN SEBASTIÁN. Muchos problemas urológicos tienen solución con una adecuada prevención. Lo dicen los doctores Ion Madina y Javier Azparren, del servicio de Urología de Policlínica Gipuzkoa. Hoy ofrecen una charla sobre los problemas más habituales en su consulta, a las 19.30 horas, en la sala Kutxa de la calle Andía de San Sebastián. Entrada libre hasta completar aforo.

– **¿Qué es lo mejor para prevenir la incontinencia urinaria?**

– **Ion Madina.** La incontinencia urinaria femenina y la masculina tienen distinto tipo de prevención. Para las mujeres, en los primeros inicios del problema, incidimos en la importancia de una buena rehabilitación de los músculos del suelo pélvico. Cuando la incontinencia tiene una cierta entidad, hay que saber que hoy existen técnicas quirúrgicas muy simples y con un porcentaje de éxito muy considerable.

Es triste resignarse al uso de la compresa para evitar pérdidas de orina.

– **Los ejercicios de fortalecimiento de suelo pélvico están de moda...**

– **I.M.** Funcionan muy bien. Cuando la incontinencia urinaria de la mujer es de leve a moderada, el problema puede revertir. Pero estamos en una cultura en la que todo lo queremos 'ya' y esta vía es más lenta que otras. Con la rehabilitación, para percibir algún efecto, normalmente se necesitan seis meses. Además, hay que hacer los ejercicios en casa y programarlos en tu día a día. Las clases de estiramientos o pilates incorporan hoy este tipo de ejercicios.

– **Está la incontinencia urinaria masculina...**

– **I.M.** En el caso de la mujer, tras los partos se produce una disminución de tono y fuerza de los músculos de la pelvis y es más fácil que aparezca una incontinencia urinaria. En el hombre, que aparezca este problema sin haber sido operado resulta más raro. Hablamos de un fallo de la válvula de salida de orina. Normalmente los pacientes de incontinencia urinaria están habitualmente operados de cáncer de próstata o de próstata benigna. La prevención vendría por someterte a técnicas quirúrgicas con menores

efectos secundarios.

– **Hablan de 'próstata benigna'.**

– **Javier Azparren.** La próstata es una glándula que une la vejiga y el pene. Con los años va aumentando de tamaño y se cierra el conducto por el que el hombre orina. A partir de los 45 ó 50 años los hombres, en general, empiezan a miccionar peor. Es algo inherente a cumplir años, aunque se esté bien de salud. Lo bueno es saberlo y conocer las soluciones. A partir de estas edades se recomienda una valoración urológica. Hay unos síntomas que se deben observar.

– **A saber...**

– **J.A.** La persona se levanta a orinar dos ó tres veces por la noche. Tiene urgencias en cualquier momento y lugar. Aparecen las dificultades para viajar. O cuando se lo piensa dos veces antes de ir al cine o al teatro. Si se empieza a limitar la calidad de vida es que hay un problema de próstata, que tiene una buena solución. Hay tratamientos médicos, que incluyen, inicialmente, los productos naturales. Van bien la 'serenoa repens', el 'pygeum africanum' o incluso las semillas de calabaza. En el caso de los síntomas leves. Cuando son más limitantes para la vida diaria son útiles los fármacos alfablo-

queantes. Cuando la medicación fracasa podemos recurrir a la cirugía.

– **Los problemas de próstata, ¿se generalizan con la edad?**

– **J.A.** A los 50 años los padecen el 30% de los hombres; a los 60, el 50%. Y de 70 años en adelante, el 75%. Hablamos de síntomas.

– **En la charla de hoy tratarán de la disfunción eréctil y animan a los jóvenes a acudir. ¿Es frecuente en este sector?**

– **I.M.** La disfunción eréctil se puede presentar desde los 25 años, habitualmente por problemas psicológicos. Y no porque el joven esté mal. Sino porque en el inicio de las relaciones y en una cultura donde los hombres no pueden fallar, existe una cierta presión. Eso lleva una falta de confianza que origina problemas de erección.

– **¿Y se instala el temor o la duda?**

– **I.M.** Sí. Por eso animamos a estas personas a acudir al especialista cuanto antes. Hay quien llega a prescindir del sexo por no enfrentarse al problema. Y hay soluciones para romper esta situación. Normalmente los fármacos se recetan a partir de los 40 años, porque en estos casos puede haber una enfermedad añadida a la disfunción eréctil. Tenemos que valorar si esa persona tiene hipertensión, diabetes, colesterol, obesidad o consumo de alcohol. Y se realiza un estudio analítico para conocer los niveles hormonales. Factores psicológicos también pueden aparecer con 50 ó 60 años, pero tienes que comprobar antes que la maquinaria funciona bien. Y que no hay problemas añadidos. A mayor edad, aparecen más frecuentemente los problemas orgánicos. Y más si existen factores de riesgo. Los que te hacen perder la erección son los mismos que inciden en la patología isquémica. A un paciente con 60 años, pérdida de erección, colesterol alto y obesidad, además de recetarle alguna medicación para mejorar su erección, le derivamos al cardiólogo. Porque en dos o tres años pueden aparecer los problemas de corazón.

– **Hace unos días el empresario naturalista Santiago Santiveri, de 100 años, reconocía en 'La Contra' de La Vanguardia necesitar el acto sexual una vez por semana...**

– **J.A.** Tenemos gente de 80 años en la consulta que no relata que su vida sexual es satisfactoria. Toman algún pequeño fármaco y es lo más normal del mundo. La disfunción eréctil no es un tema solo de edad. Si uno se ha cuidado y no tiene factores de riesgo, la erección no tiene por qué haber menguado.

– **Hablarán también del cáncer de próstata.**

– **J.A.** Si hay antecedentes familiares, a partir de los 45 años hay que valorar hacer un estudio. O si no, a partir de los 50. El problema es que esta enfermedad no da síntomas. Se pide un análisis, el PSA, y ante datos sospechosos, se hacen más pruebas. Hace 15 años se diagnosticaba con síntomas y metástasis y hoy hay un porcentaje muy alto de pacientes curables, tanto por radioterapia como por cirugía.



▶ **Hoy.** A las 19.30 horas, los doctores Madina y Azparren darán una conferencia en la sala Kutxa de la calle Andía de Donostia. Entrada libre.

▶ **Enfermedades urológicas.** Se hablará sobre prevención y tratamiento de incontinencia urinaria, disfunción eréctil y cáncer de próstata.

Javier Azparren

«Si uno se ha cuidado y no tiene factores de riesgo, la erección no debe ser un problema con la edad»

Ion Madina

«Las mujeres no deberían resignarse a usar compresas para evitar la pérdida de orina»