

# DISFUNÇÃO ERÉTIL:

## ALÉM DO TABU

**Um guia direto para entender, prevenir e tratar com segurança**

Por Dr. Luis Henrique Nunes

Se você chegou até este e-book, é provável que esteja buscando **informações seguras e confiáveis sobre disfunção erétil.**

Essa é uma condição que **afeta milhões de homens**, mas que ainda carrega mitos, julgamentos e, principalmente, silêncio.

**Ao longo da minha trajetória como urologista e andrologista, escutei histórias parecidas:** homens que demoram a buscar ajuda, muitas vezes por receio ou desinformação, enquanto convivem com dúvidas que impactam sua qualidade de vida, autoestima e relações.

**Meu objetivo com este material é claro:** trazer clareza, tirar o peso do tabu e mostrar que há caminhos possíveis, e seguros, para tratar a disfunção erétil.

**A disfunção erétil não é um sinal de fraqueza.** Não é sentença. É uma **condição médica com múltiplas causas** e, felizmente, com diversas abordagens de tratamento, desde ajustes simples até condutas mais específicas, conforme o caso.

Ao longo das próximas páginas, **você encontrará:**

- **Informações técnicas** em linguagem acessível
- Explicações sobre **causas, diagnóstico e opções de tratamento**
- **Orientações práticas** para entender se é o momento de procurar ajuda

Este é um material baseado em evidência científica, construído para orientar, sem sensacionalismo, e com o respeito que o tema merece. **Se informar é o primeiro passo para recuperar o controle sobre a própria saúde.**



# 1. Entendendo a Disfunção Erétil

## O que realmente importa

**Disfunção erétil (DE)** é o nome clínico para a dificuldade persistente em obter ou manter uma ereção suficiente para uma relação sexual satisfatória.

**A palavra-chave aqui é persistente:** falhas ocasionais podem acontecer com qualquer homem e não configuram, por si só, um diagnóstico.

A disfunção erétil não é uma condição exclusiva da terceira idade. Embora a prevalência aumente com o passar dos anos, homens jovens também podem ser afetados, e isso não tem relação com masculinidade, força ou valor pessoal.

Trata-se de uma condição médica legítima, que pode sinalizar outros desequilíbrios no corpo, como problemas hormonais, vasculares ou psicológicos. Por isso, o tratamento exige uma abordagem cuidadosa e, acima de tudo, individualizada.

## Prevalência: você

Os números são claros:

- Cerca de 40% dos homens aos 40 anos já apresentaram disfunção erétil.
- Aos 50 anos, esse número sobe para 50%.
- E aos 60, atinge cerca de 60% dos homens.

**Ou seja, é mais comum do que parece.** O que faz diferença é a forma como cada homem escolhe lidar com isso.



## 2. Para além do físico: o impacto emocional

### O ciclo de ansiedade sexual

Um dos fatores mais desafiadores da disfunção erétil é o ciclo emocional que ela pode gerar – principalmente quando o homem passa a antecipar o problema antes mesmo da relação.



### Esse ciclo costuma seguir um padrão:

1. Uma falha pontual acontece
2. Gera preocupação
3. Surge a ansiedade de desempenho
4. O foco excessivo no resultado piora a resposta sexual
5. Uma nova falha reforça o medo
6. E isso gera culpa e frustração

**Esse ciclo se retroalimenta**, e mesmo quando a causa inicial era emocional, o corpo passa a responder como se houvesse um bloqueio fisiológico.

**Esse ciclo se retroalimenta**, e mesmo quando a causa inicial era emocional, o corpo passa a responder como se houvesse um bloqueio fisiológico.

Na prática clínica, é comum vermos **homens que já passaram por diversos exames**, sem alterações significativas, **mas que continuam vivenciando a disfunção erétil** por conta da pressão emocional que se instalou.

**Por isso, o tratamento vai além de remédios.**

Envolve reconstruir a percepção de masculinidade, autoconfiança e prazer como algo mais amplo do que apenas o desempenho físico.



## 3. Causas da disfunção erétil

A disfunção erétil pode ter origem multifatorial, ou seja, ser causada por diversos fatores, que podem agir isoladamente ou em conjunto. Abaixo, divido os principais em dois grupos: físicos e psicológicos.

### Fatores físicos (orgânicos)

#### ● Causas vasculares (cerca de 70% dos casos):

**Aterosclerose** (endurecimento das artérias)

**Hipertensão arterial**

**Colesterol alto**

**Diabetes**

**Doença cardiovascular**

**Cirurgias ou lesões pélvicas com impacto vascular**



### ● Causas neurológicas:

**Lesões na medula espinhal**

**Esclerose múltipla**

**Doença de Parkinson**

**Neuropatia diabética**

**Traumas cirúrgicos ou acidentes  
que afetem nervos**

### ● Causas hormonais:

**Baixa testosterona**

**Alterações na tireoide**

**Hiperprolactinemia**

**Síndrome metabólica**



### ● Causas anatômicas/estruturais:

**Doença de Peyronie** (curvatura  
peniana)

**Fibrose nos corpos cavernosos**

**Traumas no pênis**

**Malformações como hipospádia  
e epispádia**

## Fatores Psicológicos

● **Causas primárias** (origem principal do problema):

**Ansiedade de desempenho**

**Depressão**

**Estresse prolongado**

**Conflitos conjugais**

**Histórico de traumas sexuais**

● **Causas secundárias** (desenvolvidas após falhas ou dificuldades):

**Preocupações frequentes com o desempenho**

**Sentimento de inadequação**

**Medo de falhar novamente**

**Impactos emocionais decorrentes de outras doenças**

Frequentemente, há uma combinação de fatores físicos e psicológicos, criando um ciclo que precisa ser abordado de forma integrada.



## 4. Diagnóstico: o primeiro passo para solução

### Quando é hora de procurar um especialista?

Reconhecer o momento certo de buscar ajuda é fundamental. Considere agendar uma avaliação médica se:

- As **dificuldades de ereção** acontecem em **mais de 50% das tentativas**
- O **problema persiste** por mais de dois meses
- A situação está gerando **estresse emocional, afetando sua autoestima** ou relacionamento
- Você tem **condições clínicas como diabetes, hipertensão ou obesidade**
- Notou uma **mudança súbita na qualidade das ereções**

Além de interferir diretamente na qualidade de vida, a disfunção erétil pode ser o primeiro sinal de outros problemas de saúde, especialmente vasculares.

**Diagnosticar cedo é sempre o melhor caminho.**



# 5. Opções de tratamento

## Ajuste no estilo de vida

Em muitos casos, mudanças simples já promovem melhora significativa. **Priorize:**

**Atividade física regular**

**Alimentação equilibrada**

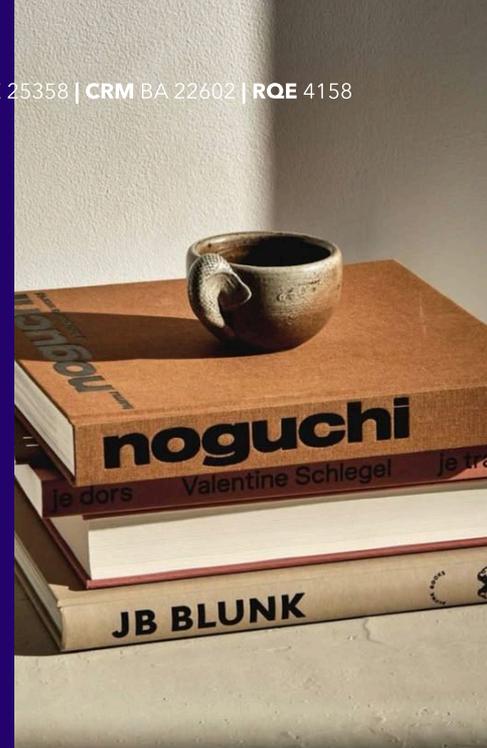
**Redução do estresse**

**Controle do peso corporal**

**Sono de qualidade**

**Abandono do tabagismo**

Esses fatores não só favorecem a função erétil, como melhoram a saúde geral.



## Tratamentos medicamentosos

O grupo mais utilizado é o dos inibidores da PDE-5, que atuam melhorando o fluxo sanguíneo para o pênis. **Eles incluem:**

- Sildenafil (Viagra®)
- Tadalafil (Cialis®)
- Vardenafil (Levitra®)
- Avanafil (Spedra®)



Esses medicamentos **não causam ereções espontâneas**, a excitação sexual continua sendo necessária.

**Eficácia média:** entre 70% e 85%, a depender da causa da disfunção e do perfil do paciente.

## Procedimentos cirúrgicos e tecnologias inovadoras

O grupo mais utilizado é o dos inibidores da PDE-5, que atuam melhorando o fluxo sanguíneo para o pênis. **Eles incluem:**

### Implante de prótese peniana:

Opção definitiva com alta taxa de satisfação (>90%)

### Cirurgia vascular peniana:

Revascularização arterial peniana

Ligadura venosa para casos de "fuga venosa"

Indicada apenas para casos muito específicos e selecionados

Melhores resultados em homens jovens com histórico de trauma

**Tecnologia robótica:** Em minha prática, utilizo cirurgia robótica para casos selecionados, oferecendo maior precisão, menos complicações e recuperação mais rápida para o paciente.

**A escolha do tratamento cirúrgico deve ser cuidadosamente discutida,** considerando as expectativas do paciente, benefícios e potenciais riscos, sempre como última opção após a falha de tratamentos menos invasivos.

## 6. Perguntas Frequentes

### Mitos e verdades sobre disfunção erétil

**“É normal perder a função com a idade.”** Não é inevitável. Muitos homens mantêm boa função sexual até idades avançadas com saúde preservada.

**“Aconteceu uma vez, vai acontecer sempre.”** Nem sempre. Estresse, cansaço ou álcool podem afetar isoladamente.

**“Remédio para ereção vicia.”** Não há dependência física, mas pode haver dependência psicológica sem suporte adequado.

**“Testosterona alta = mais ereções.”** Depois de certo ponto, mais testosterona não traz benefício extra. Outros fatores são determinantes.



## Dúvidas comuns respondidas

### **P: Os medicamentos para DE funcionam para todos?**

R: Não. A taxa de eficácia dos inibidores de PDE-5 é de aproximadamente 70-85%. A eficácia depende da causa subjacente da DE e de outros fatores de saúde.

### **P: Posso usar medicamentos para DE se tiver problemas cardíacos?**

R: Depende do tipo e gravidade do problema cardíaco. É absolutamente essencial discutir isso com seu cardiologista e urologista, pois existem interações potencialmente graves, especialmente com nitratos.

### **P: Devo parar meus medicamentos se suspeitar que estão causando DE?**

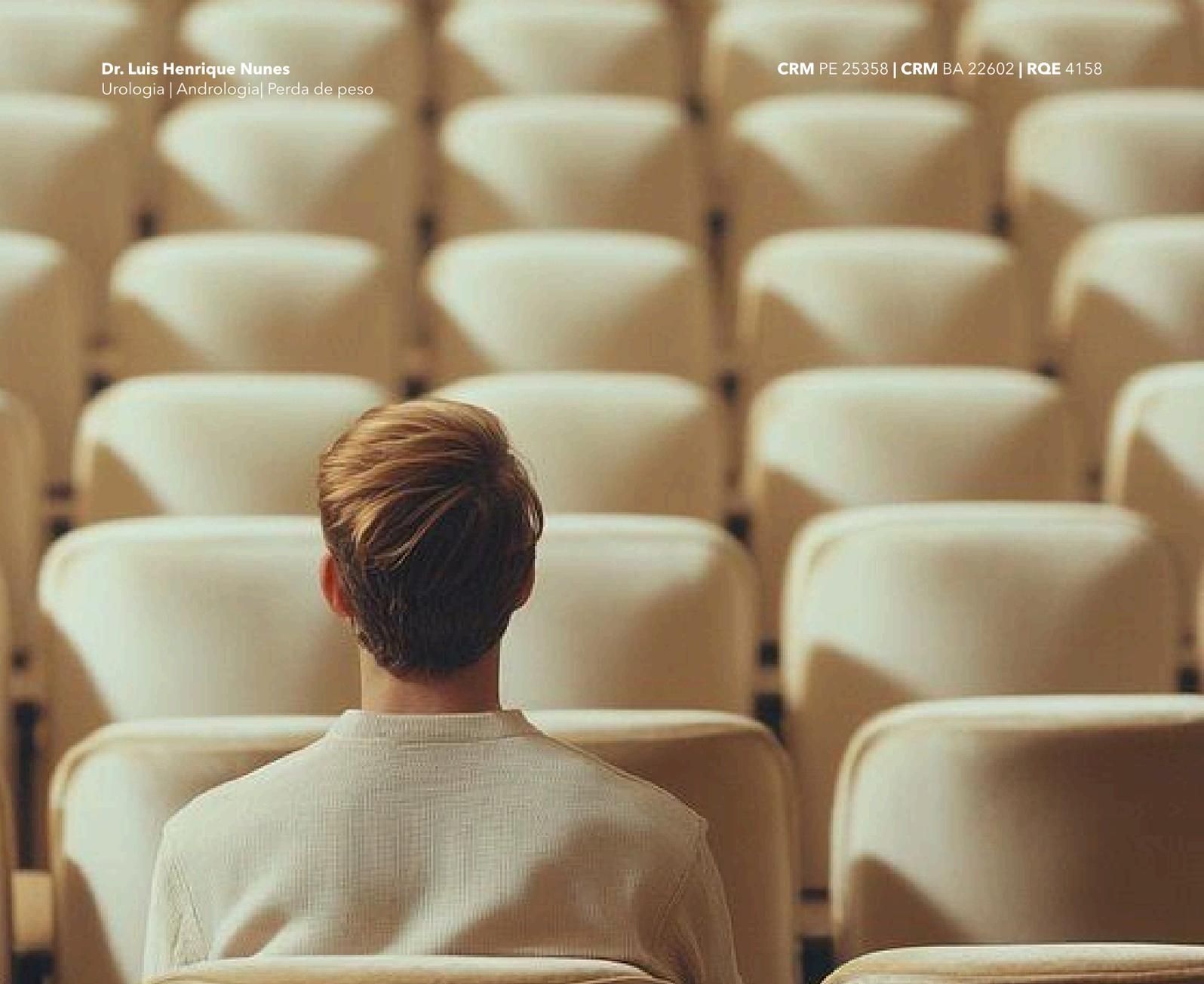
R: Nunca pare medicamentos prescritos sem consultar seu médico. Existem alternativas dentro da mesma classe terapêutica que podem ter menos efeitos na função erétil.

### **P: As próteses penianas são detectáveis externamente?**

R: As próteses modernas não são visíveis quando o pênis está flácido ou ereto. O pênis parece e funciona de forma muito natural, e a maioria dos parceiros não consegue perceber a diferença.

### **P: A disfunção erétil pode afetar homens jovens?**

R: Sim, homens de qualquer idade podem ser afetados. Em jovens, as causas mais comuns são psicológicas (ansiedade, estresse) ou ligadas ao estilo de vida (álcool, drogas, tabagismo), embora causas orgânicas também possam ocorrer.



A disfunção erétil é um tema sensível, mas tratável. Com diagnóstico adequado, boa escuta médica e um plano de tratamento personalizado, é possível recuperar não apenas a função sexual – mas também autoconfiança e qualidade de vida.

Este e-book foi criado para trazer informação confiável, esclarecer dúvidas e te apoiar na decisão mais importante: **cuidar da sua saúde com seriedade e liberdade.**

Se esse for o seu momento, **estou à disposição para te orientar.**

## Sobre o Autor

Sou o **Dr. Luis Henrique de Sá Nunes**, médico urologista e **andrologista**, com ampla experiência no tratamento da disfunção erétil e outras condições da saúde masculina.

Me formei pela **Escola Baiana de Medicina e Saúde Pública**, realizei residências em Cirurgia Geral e Urologia, e me especializei em técnicas minimamente invasivas, incluindo videolaparoscopia e cirurgia robótica.

Sou o **único andrologista e cirurgião robótico da região**, tendo introduzido oito técnicas pioneiras de cirurgia. Minha abordagem integra medicina de precisão com um olhar humanizado para o paciente.

Atendo em **Petrolina (PE)**, **Salvador (BA)** e **São Paulo (SP)**, além de oferecer consultas online para pacientes de todo o Brasil!



## Consulta de informações

### **Clínica do Memorial - Pró-Mulher**

R. Joaquim Nabuco, 649. Centro, Petrolina PE, 56304040

Telefone: (87) 3862-8900

WhatsApp: (87) 98802-9807

### **Uroclínica de Petrolina - Plena Saúde Integrada**

Avenida da Integração, 320 - São José, Petrolina

Telefone: (87) 3024-6010

WhatsApp: (87) 9 8105-5959

### **Clínica de Reprodução Humana de Petrolina**

R. Dr. José Maria, 84 - Centro, Petrolina - PE

Telefone: (87) 98825-6923

### **Núcleo GA - Petrolina**

Rua José Crispiniano Coelho Brandão, 80 - Colônia

Imperial, Petrolina - PE

Telefone: (87) 99173-9384

### **Consultas Online:**

Telefone: (87) 3862-8900