

SÍNDROME DE IRRITABILIDAD MASCULINA: “el hombre gruñón”

Esta nueva enfermedad afecta el 50 % de los hombres mayores de 45 años, y muy pocas veces es diagnosticado

Dr. Santiago Cedrés.

El Síndrome de Irritabilidad Masculina es un estado depresivo que afecta al varón mayor de 40 años, acompañado de hipersensibilidad, ansiedad, frustración y cólera (“El hombre gruñón” –Grumpy man). Es una afección muy frecuente, pero que pocas veces se diagnostica, por lo que no se realiza tratamiento médico oportuno, lo que tiene implicancias en la calidad de vida de la persona y de su pareja.

Ya en el 2002 el científico escocés Gerald Lincoln, trabajando en la Unidad de Reproducción Humana del Medical Research Council investigó esta nueva enfermedad. Realizó una investigación por varios años a animales machos midiéndoles el nivel de testosterona y determinó que el mismo disminuía progresivamente, tornándolos más irascibles, sensibles y poco comunicativos en el aspecto sexual, el cual denominó Síndrome de Irritabilidad Masculina.

En el 2004, el psicoterapeuta estadounidense Jed Diamond publicó el libro “El Síndrome de Irritabilidad Masculina”. Anteriormente ya había publicado “Menopausia masculina”, ambos libros tuvieron gran repercusión, exhibiendo una problemática que se veía desde hacía tiempo en la consulta médica de varones de 40 o 50 años. Todos consultaban por falta de energía, poca motivación, disminución del deseo sexual y cambios importantes del humor: más irritabilidad, depresión y más agresividad. Se puso como ejemplo de este estado de ánimo a uno de los 7 enanitos que acompañaban a Blancanieves, siempre gruñón, malhumorado, irritable, por lo que se asignó el nombre de: “Grumpy man”.

El Dr. R. Petty, Director de la Wellman Clinic de Londres, Inglaterra, destaca que el 50% de los hombres a los 45 años presentan algunos de los síntomas del Síndrome de Irritabilidad, porcentaje que aumenta al avanzar la edad y dice que el tratamiento de sustitución hormonal en poco tiempo va a ser tan popular como los que se aplican en las mujeres.

Esta enfermedad también recibe otras denominaciones: “andropausia”, para referirse a la declinación de los andrógenos; “climaterio masculino”, asociándolo al climaterio femenino; “PADAM” (siglas en inglés de “déficit parcial de andrógenos en el hombre mayor”), entre otras.

Síntomas clínicos

Es un cuadro depresivo donde el varón se encuentra Irritable, Frustrado, Impaciente, Acusador, Hostil, con pérdidas del control de la agresividad, rencoroso, no perdona, ansioso, cansado y presenta debilidad muscular. Asimismo se puede Incrementar el consumo de tabaco, alcohol, medicaciones o

automedicación. En otros pacientes, esta depresión se presenta con rabietas, control excesivo de los afectos (“chatura afectiva”), impenetrabilidad (cara de piedra), sentimientos de fracaso y/o ruina, desesperanza, enojo como una forma de sentirse seguro y refugio en la televisión o los deportes. La respuesta sexual de estos pacientes tiene diversas repercusiones, desde la disminución del deseo sexual, hasta los problemas de erección y retardo en la eyaculación.

Qué pasa con la pareja

Estas circunstancias amargan al que las padece y a quien lo soporta. Muchos hombres perciben estos cambios pero no consiguen entender lo que les ocurre, y terminan creyendo que la culpa es de la pareja, los hijos, del dolor de espalda, o cualquier otra excusa. Su vida doméstica, social y afectiva puede llegar a deteriorarse mucho.

A nivel emocional se cambia la forma de entender la vida, la siente poco placentera y la resulta un clima de pareja, de familia o de vida poco eficaz, en el que no se ha sabido encontrar la tranquilidad o el entendimiento con el otro. Cuando la pareja presenta las alteraciones emocionales propias de la menopausia simultáneamente con el varón, el fracaso en la relación es la regla.

Qué hacer

Si al leer este artículo se ha identificado con algo de lo dicho, consulte al médico sexólogo. Con un análisis de sangre que determine dosificación hormonal se llega al diagnóstico del síndrome de irritabilidad masculina. Pregúntese que podría hacer por mejorar su propio estado, pero desde sí mismo. No es válido transferir la culpa a la pareja o los hijos. Es necesario hacer un buen acto de autocrítica y seguro que se encuentra un por qué. Si resulta que el análisis confirma una disminución de hormonas, alégrese que la medicina ha encontrado su remedio y se cuenta con tratamientos médicos altamente efectivos.

Test para detectar el SINDROME DE IRRITABILIDAD MASCULINA

Durante los últimos cuatro meses:

1. ¿Está más irritable, ansioso, impaciente o malhumorado?
SI NO
2. ¿Ha aumentado el consumo de tabaco o alcohol?
SI NO
3. ¿Han disminuido sus erecciones al despertar y durante el sueño (erecciones
m a t i n a l e s y n o c t u r n a s) ?
SI NO
4. ¿Durante el coito ha tenido más dificultad en mantener la erección hasta la
t e r m i n a c i ó n d e l m i s m o ?
SI NO
5. ¿Tarda más tiempo en excitarse?
SI NO
6. ¿Ha notado falta de energía?
SI NO
7. ¿Se siente abúlico y sin fuerzas?
SI NO
8. ¿Ha notado una disminución en disfrutar de las cosas placenteras de la vida?
SI NO
9. ¿Ha notado un descenso del interés y deseo sexual (pérdida de libido)
SI NO
10. ¿Se queda dormido apenas termina de cenar?
SI NO
11. ¿Ha notado un deterioro en su rendimiento laboral?
SI NO
12. ¿Ha notado pérdida en la masa y en el tono muscular?
SI NO
13. ¿Ha discutido más con su pareja que lo habitual?
SI NO

Si ha respondido SÍ a 3 (tres) o más de las preguntas, presenta el "Síndrome de Irritabilidad Masculina", debe consultar al médico especialista para valoración y confirmación diagnóstica.