

## Mi Spieghi Dottore

## Esiste la menopausa maschile?



**Vincenzo Gentile**, presidente Società italiana di andrologia, direttore Urologia, Univ. La Sapienza, Roma

Anche l'uomo ha la sua «menopausa», che si può manifestare con diversi sintomi legati sia alla sfera sessuale sia a quella fisica e psicologica. Ma per diagnosticare questa condizione devono essere presenti alcuni sintomi specifici, come segnala uno studio pubblicato di recente sul *New England Journal of Medicine*.

#### Cos'è la «menopausa» maschile?

La cosiddetta *andropausa* è meglio definita come ipogonadismo a esordio tardivo. In pratica, verso i 40 anni comincia un calo fisiologico del testosterone, ma i sintomi compaiono verso i 50-60 anni.

#### Come si riconosce?

L'ipogonadismo tardivo è caratterizzato da diversi sintomi sia fisici sia psicologici, come calo del desiderio, riduzione della

memoria, diminuzione della massa muscolare, depressione. Per essere diagnosticato devono però manifestarsi tre sintomi: minore frequenza delle erezioni mattutine, pensieri sessuali più rari e disfunzione erettile, nonché bassi livelli di testosterone.

#### Qualche consiglio?

Uno stile di vita salutare, caratterizzato da un'attività fisica regolare e da una dieta equilibrata, aiuta a mantenere il peso nella norma e a rallentare il fisiologico calo del testosterone legato all'avanzare dell'età. Di fronte a una chiara diagnosi di ipogonadismo tardivo può giovare una terapia sostitutiva con testosterone, a patto però che non ci siano controindicazioni, prima fra tutte un eventuale tumore delle prostata.

A cura di Antonella Sparvoli

