

Colesterol, causa de impotência.

ESTUDO REVELA QUE ALIMENTAÇÃO RICA EM GORDURAS PODE PREJUDICAR O DESEMPENHO SEXUAL

Além da ameaça de doenças cardíacas, alta pressão arterial e aumento do peso, os homens têm mais um motivo para tentar comer de forma saudável. Segundo estudo publicado no **Journal of Urology** deste mês, alimentação rica em gorduras (e portanto em colesterol) aumenta o risco da impotência. Alimentos gordurosos podem ser especialmente nocivos ao desempenho sexual de homens cujas artérias já sofreram danos por causa do cigarro ou da alta pressão sanguínea.

Mas o colesterol também pode prejudicar o desempenho sexual de homens que de outra forma são saudáveis, disse o dr. Kazem M. Azadzo, da Escola de Medicina da Universidade de Boston. O colesterol causa impotência da mesma forma como induz a um ataque cardíaco. O acúmulo de placas de graxa nas artérias do pênis impede que o sangue circule normalmente e dificulta a ereção. Nas artérias do coração, o acúmulo de colesterol não deixa que o sangue rico em oxigênio o abasteça.

O dr. Azadzo desenvolveu estudos em coelhos na Nova Zelândia e constatou que todos os alimentados com ração rica em gordura e colesterol tiveram acúmulo de gordura em suas artérias. E mesmo um acúmulo mínimo de colesterol bastou para causar impotência em um terço dos coelhos. Os animais receberam alimentação tão rica em gorduras que tiveram seus índices de colesterol quadruplicados em seis semanas. "A simulação era bem semelhante às condições humanas acumuladas ao longo de alguns anos", acrescentou.

O governo americano recomenda que as pessoas recebam um máximo de 30% de suas calorias através das gorduras, mas um levantamento recente descobriu que as gorduras fornecem 37% das calorias ao norte-americano médio. Cerca de 25 milhões de norte-americanos são impotentes, 80% deles por motivos físicos — a metade tem acúmulo de gordura nas artérias e um terço



tem altos níveis de colesterol. "Os bloqueios causados pelo colesterol são uma grande causa da impotência", disse Azadzo.

Quando um homem fica impotente por causa do bloqueio das artérias do pênis, mesmo que aja rapidamente, pode ser tarde demais para começar a comer cor-

retamente. "Adotar uma dieta com baixo índice de colesterol a essa altura ajuda, mas pelo que sei, quando existe um dano ele pode ser permanente, de modo que talvez só seja corrigido por cirurgia", acrescentou.

Azadzo afirma que a angioplastia conseguiu restaurar a

função dos pênis dos coelhos. Neste processo, também empregado para desbloquear artérias do coração, um balão minúsculo inserido na artéria bloqueada é inflado para esmagar a placa graxa contra a parede da artéria. **Do Medical Tribune News Service**