

Il diabete può influenzare negativamente la salute sessuale maschile?

Un inadeguato controllo della glicemia, ma anche l'abitudine al fumo, l'eccesso di peso, la mancanza di regolare attività fisica possono determinare alterazioni alle arterie e ai nervi delle strutture genitali (Fonte: <https://www.corriere.it/> 30.10.2025)



Ho 62 anni e soffro di diabete. So che questa malattia può avere un impatto sulla sessualità negli uomini: vorrei sapere come riconoscere i primi segnali e se esiste un modo per risolvere il problema o almeno migliorare la situazione, senza modificare la terapia prescritta dal diabetologo.

Risponde Andrea Del Buono, diabetologo, Distretto sanitario 12 di Caserta; Associazione Medici Diabetologi ([VAI AL FORUM](#))

Si stima che oltre la metà degli uomini con [diabete](#) presenti questa problematica, seppure con gradi differenti. Ciò accade perché un inadeguato controllo della [glicemia](#), ma anche l'abitudine al fumo, l'eccesso di peso, la mancanza di regolare attività fisica possono determinare alterazioni alle arterie e ai nervi delle strutture genitali, a cui può associarsi anche una riduzione del [testosterone](#), ormone che regola la «mascolinità». Non vanno poi trascurate infezioni genitali come la [balanopostite](#), che frequentemente insorge a causa di uno scompenso glicemico; episodi ripetuti possono determinare una fimosi, restringimento fibrotico del prepuzio.

Controllo glicemico

Chi ha il diabete più facilmente può presentare la comparsa di una **deformazione fibrotica del pene quando in erezione ([malattia di La Peyronie](#))**. Questa situazione inevitabilmente determina ripercussioni sull'equilibrio psicologico: **una inattesa difficoltà durante un rapporto sessuale può generare un sentimento di svilimento** e questo può portare a un'ansia da prestazione con relativo stato depressivo. Il tutto rischia di condurre a evitare i momenti di intimità, che sono un aspetto fondamentale nel rapporto di coppia. **Per prevenire tale situazione è indispensabile raggiungere e mantenere un adeguato controllo glicemico, con uno stile di vita sano:** regolare attività fisica, alimentazione e completa astensione dal fumo, misure utili per scongiurare anche altre complicanze del diabete.

Evitare il «fai da te»

Se compaiono problemi nella sfera sessuale, è bene superare comprensibili titubanze e **parlarne con il proprio medico, evitando il «fai da te» e eventuali consigli degli amici**. Prima di tutto perché questi disturbi possono essere la punta dell'iceberg di situazioni cardiocircolatorie serie, meritevoli di approfondimenti specialistici. **Alcuni farmaci utilizzati per la [disfunzione erettile](#) (sildenafil e simili)** - facilmente reperibili in circuiti privi delle necessarie garanzie - **possono avere effetti collaterali anche molto seri e quindi vanno utilizzati solo su stretta indicazione medica**. Per concludere, esistono professionisti specializzati in disturbi sessuali che, dopo un'adeguata valutazione della situazione generale, potranno indicare quale fra i tanti trattamenti oggi disponibili sia il più indicato nel caso specifico.