

Tabla 2. Causas psicológicas de disfunción eréctil (Farré y Lasheras).

Factores predisponentes	Factores precipitantes	Factores mantenedores
<ul style="list-style-type: none"> - Educación moral y religiosa restrictiva. - Relaciones entre padres deterioradas. - Inadecuada información sexual. - Experiencias traumáticas durante la infancia. - Inseguridad en el rol psicosexual durante los primeros años. - Trastorno de la personalidad. - Modelos paternos inadecuados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Disfunción sexual previa. - Problemas generales en la relación de pareja. - Infidelidad. - Expectativas poco razonables sobre el sexo. - Disfunción en la pareja con la que se interacciona. - Algún fallo esporádico. - Reacción a algún trastorno orgánico. - Edad (y cambios como consecuencia de ella). - Depresión y ansiedad. - Anorexia nerviosa. - Experiencias sexuales traumáticas. - Estrés. - Aborto (en algunas ocasiones). - Momentos especiales (episodios de cansancio, ansiedad o depresión). 	<ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad ante la interacción sexual. - Anticipación del fallo o del fracaso. - Sentimientos de culpabilidad. - Falta de atracción entre los miembros de la pareja. - Escasa comunicación entre los miembros de la pareja. - Problemas generales en la relación de pareja. - Miedo a la intimidad. - Deterioro de la autoimagen. - Información sexual inadecuada. - Escasez de estímulos eróticos. - Miedo o fobias específicas (miedo a la intimidad, a la pérdida de control, al embarazo, al rechazo o al cuerpo de la pareja). - Escaso tiempo dedicado al galanteo o caricias antes de pasar al coito. - Trastornos mentales (depresión, alcoholismo, anorexia nerviosa, ansiedad).

Ansiedad de ejecución y factores generadores

La disfunción eréctil ocurre con frecuencia en un varón que ha superado la mediana edad y que pronto comienza a tener pensamientos catastrofistas: "me he hecho viejo", "estoy acabado", "ya no soy un hombre completo", "voy a perder el amor de mi pareja" (si la tiene) o "ya no voy a poder encontrar otra" (si no la tiene).

La ansiedad de ejecución o desempeño sería el factor que desencadena la pérdida de la erección. Esta ansiedad es generada por unos condicionantes que Abraham y Porto especifican: temor al fracaso, obligación de resultados, altruismo excesivo y autoobservación.

Ansiedad anticipatoria y actitud de espectador

La demanda sexual, explícita o encubierta, por parte de la pareja sobre un hombre que duda de su respuesta eréctil promueve en él unos condicionantes psicológicos, sobre todo ansiedad anticipada por temor al fracaso y rutinas de autoobservación (rol de espectador), con intentos conscientes de conseguir la erección.

Sin embargo, paradójicamente, sucede lo contrario: la erección es un proceso involuntario y automático, y autoobservarse y obsesionarse en alcanzarla provoca un empobrecimiento de la sensualidad, con falta de atención a los estímulos eróticos y predominio adrenérgico, que aboca al fracaso eréctil.

Cataclismo cognitivo

Cada nuevo "fallo" supone un golpe más a la autoestima y la relación sexual se convierte en algo que se teme y que se trata de evitar. La angustia se desencadena solo con pensar en tal posibilidad, poniéndose en marcha pensamientos negativos (profecías autocumplidoras) que refuerzan la ansiedad y perpetúan el trastorno.