



TODO TESTOSTERONA

LO QUE DEBES
SABER
SOBRE LA



Rubió

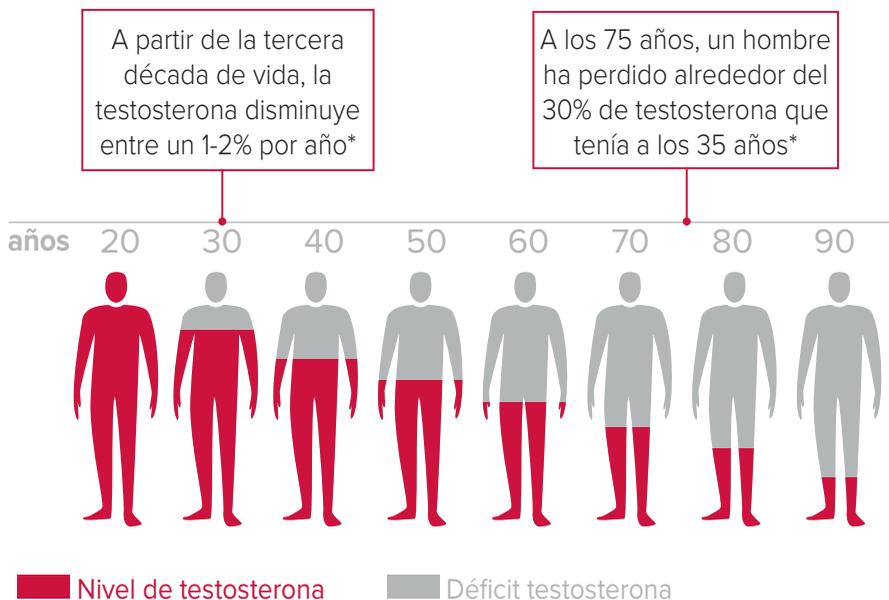
¿QUÉ ES LA TESTOSTERONA?

La testosterona es un tipo de hormona sexual del grupo de los andrógenos, que se produce en los testículos y las glándulas suprarrenales (localizadas en los riñones). Esta hormona juega un papel esencial no solo en la función sexual y reproductiva masculina, sino en muchos otros procesos que le mostraremos a continuación.



Cambios hormonales con la edad

A diferencia de las mujeres, los hombres no sufren una caída brusca de las hormonas sexuales (como ocurre en la menopausia) sino que los cambios hormonales en el varón ocurren de una forma gradual y más sutil.



* Decaroli MC, Rochira V. Aging and sex hormones in males. *Virulence*. 2017;8(5):545-570.

Efectos de la testosterona en el cuerpo

ÓRGANOS SEXUALES

Responsable de la producción de espermatozoides y de la función eréctil



MÚSCULO

Aumenta la masa y fuerza muscular



HUESO

Mantiene la densidad y crecimiento óseos y la producción de glóbulos rojos en la médula ósea



CEREBRO

Responsable del deseo sexual y contribuye en aspectos cognitivos, de memoria y emocionales



CORAZÓN

Aumenta el gasto cardíaco y el flujo sanguíneo coronario



RIÑONES

Produce la hormona eritropoyetina que aumenta la producción de glóbulos rojos



PIEL

Estimula la producción del cabello y grasa y favorece la síntesis de colágeno



Gasto cardíaco: cantidad de sangre bombeada por el corazón por minuto

HIPOGONADISMO

El hipogonadismo masculino se puede definir como un síndrome o una situación provocada por la deficiencia de andrógenos (fundamentalmente testosterona) que puede afectar de manera adversa al funcionamiento de diversos órganos causando una pérdida de calidad de vida del hombre.

Se puede clasificar en los siguientes subtipos dependiendo el nivel al cual ocurre la disfunción:



Hipogonadismo primario: Debido solo a causas testiculares.



Hipogonadismo secundario: Originado a nivel del hipotálamo-Hipófisis.



Hipogonadismo debido a **defectos de los denominados receptores de andrógenos**, que están situados en los órganos.

SDT

Hipogonadismo de inicio tardío en el hombre (relacionado con la edad): También llamado **Síndrome de Déficit de Testosterona (SDT)**. El SDT es consecuencia de la disminución del nivel de testosterona por el envejecimiento normal del varón. Está probablemente también relacionado con el hipogonadismo primario y el secundario.

El SDT se manifiesta por una serie de síntomas y, por supuesto, con bajos niveles de testosterona en las analíticas.



¿Es frecuente el hipogonadismo?

Se estima que afecta casi al 25% de los hombres mayores de 50 años.**

**Martínez-Jabaloyas JM. Hipogonadismo. Epidemiología global y relaciones transversales. Arch Esp Urol. 2013;66(7):632-8.

Factores que pueden influir en el descenso de los niveles de testosterona en el SDT

Existen una serie de factores que, independientemente del descenso normal de testosterona por la edad, pueden influir en la caída de los niveles.

- ⬡ **Obesidad**
- ⬡ **Diabetes mellitus tipo 2**
- ⬡ **Hipertensión**
- ⬡ **Dislipemia**
- ⬡ **Enfermedades crónicas**
- ⬡ **Insuficiencia renal crónica**
- ⬡ **Algunos tratamientos farmacológicos**

Síntomas

La sintomatología propia del hipogonadismo incluye síntomas de muchos tipos como sexuales, psíquicos y cambios en la composición corporal (como la pérdida de masa muscular y aumento del tejido graso).

Síntomas Sexuales:	<ul style="list-style-type: none">• Disminución del deseo sexual• Disminución del número y calidad de las erecciones• Disminución del volumen del eyaculado• Disminución de la calidad del orgasmo• Disminución del número de erecciones nocturnas
Síntomas Psíquicos:	<ul style="list-style-type: none">• Alteraciones del humor• Disminución de la actividad intelectual• Disminución funciones cognitivas• Disminución orientación espacial• Depresión• Irritabilidad• Insomnio
Cambios en la Composición Corporal:	<ul style="list-style-type: none">• Disminución de la masa y fuerza muscular• Aumento de la grasa visceral• Caída del vello• Alteraciones cutáneas• Disminución de la densidad mineral ósea

¿Cómo se diagnostica el hipogonadismo?

En hombres entre 40-79 años de edad, el mayor factor predictivo de la existencia de hipogonadismo es presentar los siguientes 3 síntomas sexuales y un nivel de testosterona por debajo de los normales en las analíticas.



Historial clínico

La situación clínica suele reflejar los síntomas descritos, que pueden estar agravados por ciertos tratamientos farmacológicos, el uso de drogas, esteroides anabólicos o alcohol. Es importante evaluar y descartar algunas enfermedades o alteraciones nutricionales.

El hipogonadismo de inicio tardío en el hombre se caracteriza por disfunción sexual, obesidad y pérdida de vigor.



Examen físico

El examen físico que se realiza incluye las medidas del Índice de Masa Corporal (IMC), el diámetro abdominal, la distribución de vello corporal y pérdida, presencia de ginecomastia (agrandamiento de las glándulas mamarias). También se examinará el tamaño testicular y de próstata.



Pruebas de laboratorio

Los niveles de testosterona se pueden medir junto a los de otras hormonas en una analítica.

TRATAMIENTO DE REEMPLAZO HORMONAL CON TESTOSTERONA (TRT)

Objetivos y beneficios

El objetivo del tratamiento con testosterona es restaurar los niveles fisiológicos normales de testosterona y con ello restaurar distintos procesos que deterioran la salud y la calidad de vida.

Se ha comprobado que el tratamiento con testosterona **aporta beneficios** como:

- Mejora el deseo sexual y la función eréctil.
- Incrementa la energía, el estado de ánimo y la vitalidad.
- Reduce el perímetro de circunferencia.
- Disminuye la masa grasa corporal.
- Incrementa la densidad mineal ósea y la fuerza muscular.
- Reduce la glucosa en sangre.

La mejora del deseo sexual puede empezar a notarse a partir de las 6 semanas de tratamiento, pero no constituye, como se ha explicado anteriormente, el objetivo único o primordial del tratamiento.

Los estudios clínicos más recientes han demostrado que el tratamiento con testosterona NO AUMENTA el riesgo de desarrollar cáncer de próstata[#]

Tipos de tratamientos con testosterona

El TRT está disponible en diferentes formas farmacéuticas como geles tópicos o inyecciones intramusculares.

El tratamiento elegido debería ser consensuado entre usted y su médico en función de sus hábitos personales, situación médica o preferencias.





Vivir con hipogonadismo

Para la mayoría de los adultos con hipogonadismo, la afección dura toda la vida y el tratamiento también. El objetivo es mejorar la calidad de vida, la sensación de bienestar, la función sexual y la fuerza muscular y ósea.

El tratamiento de reemplazo hormonal con testosterona puede optimizarse combinado con la pérdida de peso, una dieta saludable, dejar de fumar y realizar ejercicio.



Recuerde seguir los consejos de su médico y no olvide preguntarle sus dudas con claridad porque es quien mejor conoce su situación para resolverlas.

La correcta administración del fármaco es imprescindible para controlar adecuadamente sus niveles de testosterona, así como la adherencia al tratamiento.

DEBE CUMPLIR CON LA PAUTA FIJADA POR SU MÉDICO Y NO REALIZAR CAMBIOS EN LA MEDICACIÓN SIN CONSULTARLE porque puede afectarle negativamente al control de sus niveles de testosterona.

Esta información no sustituye a la proporcionada por su médico.

