

O uso de suplementação de testosterona em homens e mulheres

Testosterone use supplementation for men and women

Saul Gun¹, Luiz Ferraz de Sampaio Neto¹

O uso da testosterona em pequenas proporções ajuda tanto os homens no início da senilidade como as mulheres no período do climatério, antes ou depois da menopausa. A testosterona em doses apropriadas melhora a libido nos homens e parece também ser importante na sexualidade feminina.

O seu uso por homens para provocar a ereção peniana é discutível, apesar de haver fortes evidências de que a testosterona pode aumentar a libido sexual, assim como melhorar as condições físicas e mentais do indivíduo.

Entre as mulheres é clássica a definição do quadro denominado “déficit androgênico da pós-menopausa”, que associa disfunção sexual hipoativa com perda de energia, cansaço fácil e diminuição da massa muscular. Pesquisas demonstram melhora na libido sexual feminina, bem como na função sexual como um todo, no humor e no bem-estar após o uso sistemático de suplementação com testosterona. Ademais, são descritos como benefícios adicionais a preservação da densidade mineral óssea, benefícios cognitivos e o discutível papel protetor no câncer de mama. O diagnóstico da carência de testosterona é fundamentalmente clínico, uma vez que os métodos laboratoriais para avaliação dos níveis séricos de testosterona entre mulheres não discriminam valores infra-fisiológicos.

A testosterona em creme dérmico deve ser usada principalmente se o homem ou a mulher apresentar queda da libido e das condições gerais, tais como desânimo, falta de concentração, inibição, queda dos pelos do corpo e diminuição do apetite alimentar. Para os homens, preconiza-se o uso diário da testosterona a 5%, em forma de creme usado preferencialmente após o banho, quando a pele é mais receptiva.

As mulheres podem receber também a testosterona na forma de creme ou gel percutâneo, contudo, a posologia deve ser de 1% diário ou na forma de *patches* transdérmicos

de 84 mg usados a cada 3 ou 4 dias. Esse último ainda não é comercializado no Brasil.

Não foi encontrada até hoje qualquer comorbidade grave associada com o uso das pequenas doses descritas para ambos os sexos, mas ainda assim é necessário que para os homens haja absoluta certeza da inexistência de câncer prostático. Sempre é oportuno reforçar que os homens, especialmente aqueles que usam testosterona, devem se submeter regularmente ao exame prostático, à dosagem do antígeno prostático específico e também fazer hemograma e dosagem da testosterona no sangue periférico, para prevenção de hemoconcentração.

Entre as mulheres, os efeitos adversos do uso da testosterona manifestam-se por acne, ganho de peso, aumento de pelos faciais, piora do perfil lipídico, alterações da função hepática e raras mudanças no timbre da voz e clitoromegalia. Essas situações não são habitualmente desenvolvidas com a suplementação de baixas doses. O controle do uso da suplementação com testosterona é semelhante ao descrito para mulheres que usam estrogênio terapia na transição menopausal, sendo dispensável a aferição sérica da testosterona.

No geral, consideramos a testosterona endógena e a sua suplementação, se for necessária, o “elixir da vida saudável” para homens e mulheres.

REFERÊNCIAS

1. Orwoll ES. Establishing a framework: does testosterone supplementation help older men? *N Engl J Med.* 2016;374(7):682-3.
2. Snyder PJ, Bhasin S, Cunningham GR, Matsumoto AM, Stephens-Shields AJ, Cauley JA, et al. Effects of testosterone treatment in older men. *N Engl J Med.* 2016;374(7):611-24.

¹Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde – Sorocaba (SP), Brasil. Contato: iusg@bol.com.br

Recebido em 21/06/2016. Aceito para publicação em 25/07/2016.