

Riesgos y beneficios de la testosterona

El objetivo de este formulario es proporcionar la información más actualizada sobre los efectos esperados del tratamiento hormonal, incluyendo tanto los efectos deseados como los posibles efectos secundarios no deseados. Usted debe tener la información que necesita para tomar decisiones sobre su tratamiento. No dude en hacer preguntas y hablar de cualquier inquietud que tenga en cualquier momento.

El tratamiento con testosterona produce ciertos cambios en el cuerpo que algunas personas encuentran afirmativos, como un tono de voz más grave, posible aumento del vello facial y corporal, redistribución de la grasa y aumento de la masa muscular. Cada persona responde a las hormonas de manera diferente y es difícil predecir algunos aspectos de cómo podría cambiar su cuerpo.

El tratamiento hormonal no cambiará algunas características del cuerpo. La estructura ósea y la altura de una persona no cambiarán. No desaparecerán los senos ni se reducirá su tamaño. El tratamiento hormonal no es la única forma de lograr sus objetivos, siempre se puede hablar de otras opciones (tales como productos afirmativos que no sean clínicos, otros medicamentos o intervenciones quirúrgicas) que podrían ser adecuadas para usted.

Su proveedor de servicios médicos le ayudará a elegir la formulación y las dosis de testosterona (inyecciones, geles o cremas tópicos, parches) que podrían ser las más apropiadas para usted, con base en sus objetivos de reafirmación de género, sus necesidades personales y cualquier dolencia médica o mental que pudiera tener. Como parte de este tratamiento, usted se compromete a tomar los medicamentos sólo como se le hayan recetado y a hablar con su proveedor de servicios médicos antes de hacer cualquier cambio en su medicación. Usted y su proveedor de servicios médicos pueden trabajar juntos para apoyar mejor sus objetivos de tratamiento de la manera más segura posible.

Fenway ha trabajado durante muchos años con personas de diversos géneros. Nuestro enfoque para el tratamiento de la reafirmación del género se basa en la evidencia científica siempre que sea posible, en directrices nacionales e internacionales, y en la retroalimentación y la experiencia que obtenemos de nuestra propia comunidad de género diverso. Las investigaciones sobre el tratamiento hormonal de reafirmación de género proporcionan información sobre la seguridad y la eficacia de estos medicamentos para ayudarle a lograr sus objetivos. A pesar de las investigaciones disponibles, los efectos a largo plazo del tratamiento hormonal durante la vida aún no se comprenden del todo. Este documento resume lo que se sabe actualmente sobre estos medicamentos. Le comunicaremos cualquier nueva información o investigación que llegue a nosotros, especialmente en lo que respecta a su salud y bienestar.

Riesgos y beneficios de la testosterona

Los efectos físicos y emocionales que se esperan del tratamiento con testosterona

Los cambios en su cuerpo pueden tardar varios meses en notarse y pueden tardar de 3 a 5 años en evolucionar completamente.

Algunos cambios son **PERMANENTES** y no desaparecerán, aunque usted decida dejar de tomar testosterona o tomar una cantidad menor:

- Profundización del tono (sonido) de la voz.
- Crecimiento, engrosamiento y oscurecimiento del vello corporal.
- Crecimiento del vello facial, incluyendo la barba y el bigote. La capacidad de crecimiento del vello facial no es muy diferente a la de un hombre cisgénero, algunos llegarán a tener una barba tupida en poco tiempo, mientras que en otros el crecimiento del vello facial podría ser escaso o tardar años en aparecer.
- Posible pérdida de cabello en las sienes y en la coronilla -la parte superior de la cabeza- (alopecia androgénica) con la posibilidad de una calvicie completa. Es posible que esto se parezca y esté afectado por las características del pelo de los hombres cisgénero de su familia. Sin embargo, algunas personas han notado que esta forma de pérdida de cabello es más común en quienes toman testosterona.
- Crecimiento del falo o del clítoris. Algunos también pueden experimentar una mayor sensibilidad del falo o del clítoris a medida que se produce este crecimiento inicial.

Algunos cambios **NO SON PERMANENTES**. En esos casos, es probable que el cuerpo vuelva a la forma en que se veía o funcionaba antes del tratamiento si deja de tomar testosterona. Esto puede tardar entre unas cuantas semanas a meses o más, dependiendo del cambio:

- El sangrado menstrual/mensual se detiene, generalmente en unos cuantos meses.
- Puede haber cambios en el revestimiento interior de la vagina (adelgazamiento, resequedad). Es posible que esta resequedad cause incomodidad en algunas personas durante las relaciones sexuales, que aumente el riesgo de lesiones o infecciones en personas sexualmente activas, y que dificulte las pruebas de detección de enfermedades en los genitales.
- Cambios en la distribución de grasa en el cuerpo. Si sube de peso, la grasa se almacenará en el abdomen y la región media, en lugar de en las nalgas, caderas y muslos. Puede perder grasa en el pecho, los senos, las nalgas y los muslos si baja de peso.
- Aumento en la masa muscular y en la fuerza de la parte superior del cuerpo.
- Algunas personas tienen más energía, se sienten más activas o irritadas y enojadas. La salud mental de algunas personas mejora, se sienten más tranquilas y centradas.
- En muchas personas se presentan cambios en la piel, como acné en la cara y la espalda, que pueden requerir tratamiento médico. Esto puede durar de meses a años, como en la pubertad.
- La mayoría de las personas tienen un aumento significativo en su deseo o interés sexual. Algunas notan que se sienten atraídas físicamente a un tipo diferente de personas.

Riesgos y beneficios de la testosterona

Posibles efectos del tratamiento con testosterona en la fertilidad

- Posible pérdida de fertilidad. Es posible que no pueda embarazarse después de estar en tratamiento con testosterona durante algún tiempo. Se desconoce cuánto tiempo se puede llevar esto. Algunas personas optan por extraer sus óvulos y almacenarlos antes de empezar con la testosterona.
- La testosterona no es un método anticonceptivo fiable. Incluso si no hay períodos menstruales (sangrado), podría quedar embarazada si tiene relaciones sexuales genitales con una pareja que produce esperma. Hable con su proveedor de servicios médicos sobre el uso de algún tipo de control de la natalidad.
- *Si se embaraza cuando ya está en tratamiento con testosterona, los altos niveles de testosterona en su cuerpo podrían dañar al feto y llegar a causarle la muerte.*
- No se conocen del todo otros efectos de la testosterona en los ovarios ni en los óvulos.

Riesgos y beneficios de la testosterona

Posibles efectos secundarios y riesgos del tratamiento con testosterona

- En algunas personas se produce dolor en la pelvis después de tomar testosterona durante varios meses. Algunos sienten este dolor con la excitación sexual o el orgasmo y otros, sin razón aparente. El nivel del dolor varía en quienes sufren este efecto secundario. En algunas personas, el dolor desaparece por sí solo después de varios meses. En otras, el dolor persiste. Y en otras, el dolor parece desaparecer sólo con la extracción del útero (histerectomía). No se sabe cuál es la causa de este dolor.
- El cuello del útero y las paredes de la vagina pueden volverse más secas y frágiles (más delgadas). Esto puede causar irritación e incomodidad. También puede aumentar la vulnerabilidad a las infecciones de transmisión sexual y al VIH si hay relaciones sexuales sin protección por la abertura vaginal.
- La testosterona no protege contra el cáncer de cuello uterino, de ovarios, de útero o de mama. Según las investigaciones actuales, el riesgo de contraer estos tipos de cáncer no se eleva por encima del nivel ya presente en el individuo por factores genéticos. Consulte a su proveedor sobre las recomendaciones para las pruebas rutinarias de detección de cáncer.
- La posible elevación del colesterol, el aumento de la presión arterial y otros cambios en el cuerpo pueden incrementar el riesgo de enfermedades cardiovasculares (ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares y obstrucciones en las arterias) cuando se sigue un tratamiento con testosterona a largo plazo. Sin embargo, las investigaciones actuales indican que los individuos que toman testosterona para reafirmar el género no tienen tasas más elevadas de eventos cardiovasculares que los observados en los hombres cisgénero. Es posible que los antecedentes familiares muestren un riesgo genético específico de enfermedad cardíaca, lo cual debe comentarse con su proveedor.
- Posibles cambios en el cuerpo que podrían aumentar el riesgo de padecer diabetes.
- El aumento del apetito es común y puede causar aumento de peso.
- El aumento del riesgo de apnea del sueño (problemas respiratorios al dormir) parece estar relacionado con el tratamiento con testosterona.
- Posible aumento de la hemoglobina y el hematocrito (número de glóbulos rojos). Si esto aumenta a niveles más altos, puede causar problemas de circulación y aumentar el riesgo de coágulos de sangre, derrames cerebrales y ataques cardíacos.
- Aumento de la sudoración.
- Mayor riesgo de lesionarse los tendones.
- Es posible que se presenten dolores de cabeza y migrañas o que empeoren.
- Posible aumento de la frustración, la irritabilidad o la ira; posible aumento de la agresión y poco control de los impulsos.
- Posible desestabilización del trastorno bipolar, la esquizofrenia y los trastornos psicóticos o del estado de ánimo.
- Las estructuras del cerebro responden de manera diferente a la testosterona y al estrógeno. El tratamiento con testosterona puede tener efectos a largo plazo en el funcionamiento o la estructura del cerebro que aún no comprendemos completamente. Según un número limitado de investigaciones, la fluidez oral (la locuacidad) puede disminuir.

Fumar cigarrillos puede aumentar algunos de los riesgos del tratamiento con testosterona.

Riesgos y beneficios de la testosterona

Expectativas, derechos y responsabilidades

- Tomar testosterona sólo en la dosis y en la forma que se haya recetado.
- Tomar testosterona en dosis más altas de las recomendadas aumentará los riesgos. No hay pruebas de que las dosis más altas funcionen mejor o más rápido. El cuerpo convierte la testosterona en estrógeno y esto puede ocurrir en mayores proporciones si los niveles de testosterona son más altos de lo recomendado, lo cual puede conducir a efectos no deseados.
- La suspensión repentina de la testosterona después de un largo tiempo de tomar la medicación puede tener efectos negativos en la salud física y mental. Se le recomienda que hable con su proveedor antes de suspenderla.
- Puede decidir dejar de tomar el tratamiento hormonal en cualquier momento o por cualquier motivo. Se le invita a hablar de sus decisiones con su proveedor de servicios médicos antes de hacer cambios en su medicación. Lo mejor es hacer un plan para interrumpir el tratamiento con un proveedor de servicios médicos familiarizado con el tratamiento hormonal.
- Si usted tiene o contrae un padecimiento que crea que puede hacerle daño o empeorar mientras está tomando el tratamiento hormonal, colabore con su proveedor de servicios médicos para evaluar y controlar mejor ese padecimiento.
- Infórmele a su proveedor de servicios médicos si está tomando o planea comenzar a tomar otros medicamentos con receta, suplementos dietéticos, medicamentos herbales u homeopáticos, drogas callejeras o recreativas, o alcohol. Ser sincero acerca de lo que toma o consume le ayudará a su proveedor de servicios médicos a prevenir o reducir las reacciones o interacciones potencialmente dañinas.
- Infórmele a su proveedor de servicios médicos de cualquier nuevo síntoma físico o emocional, y de cualquier problema de salud que pudiera presentarse antes o durante el tratamiento hormonal.
- Avísele a su proveedor si cree que la medicación le produce efectos secundarios.
- Su proveedor puede recomendarle que disminuya la dosis o, en raras ocasiones, que deje de tomar la testosterona por razones médicas o de seguridad. Puede esperar que el proveedor de servicios médicos comente todas las decisiones de tratamiento con usted. Es posible que algunas personas también necesiten cambiar, disminuir o suspender el tratamiento hormonal a medida que avanza su edad.
- Asista a las citas para el control de seguimiento y otras necesidades de atención médica preventiva, según las recomendaciones de su proveedor de servicios médicos.
- Es posible que se le recomiende un análisis de sangre para llevar un control de su salud y del tratamiento hormonal. Su proveedor de servicios médicos le dirá cuáles pruebas necesitará y le hará recomendaciones para la atención y el control continuos.
- El tratamiento hormonal no es la única forma de reafirmar su género. Su proveedor de servicios médicos o un proveedor de servicios para la salud mental pueden hablar con usted sobre otras opciones si está interesado.