

¿Qué es la Deficiencia Androgénica o Andropausia?

Se puede definir a la andropausia como la Deficiencia de Andrógenos en el Hombre Adulto (viene de las siglas en inglés ADAM: Androgen Deficiency of the Adult Male).

La producción de testosterona disminuye con la edad. En promedio, los niveles comienzan a disminuir entre los 35 y 40 años. El nivel total de testosterona en la sangre cae en promedio 1% por año.

El diagnóstico se hace cuando se tienen niveles de testosterona en sangre por debajo del límite normal o cuando se tienen signos y síntomas relacionados con la deficiencia de testosterona, que se mencionan más adelante.

El término andropausia, aunque muy usado, es un término incorrecto, porque a diferencia de la mujer, la función testicular en el hombre no termina precipitadamente. No existe un momento específico en los hombres, comparable con el de la menopausia, en la cual la mujer deja de menstruar y pierde su capacidad de reproducirse. Ambos sexos al aumentar la edad, presentan una disminución en sus niveles hormonales. El estrógeno en la mujer y la testosterona en el hombre.

No se debe relacionar a la deficiencia de andrógenos solo con lo sexual, va mucho más allá. Aun cuando es uno de los temas centrales, muchos hombres también sienten que han perdido fuerzas, capacidades o habilidades, haciéndolos dudar sobre ellos mismos y su entorno.

Si bien la llamada crisis de los 50 puede pasar desapercibida en algunos hombres con flexibilidad y adaptación a los cambios, otros viven esta etapa de la vida como un designio del destino y se sumergen en mares de angustia y depresión.

Los cambios en el cuerpo ocurren muy gradualmente en el hombre y se acompañan de fatiga, cambios en el humor, trastornos de sueño y disminución en el libido, entre otras.

Lo que es aún más, los estudios demuestran que esta disminución de testosterona representa un riesgo de otros problemas de salud, como cardiopatías o huesos frágiles. Dado que todo esto ocurre durante un momento en la vida en que los hombres comienzan a cuestionar sus valores, logros y el rumbo de su vida, muchas veces es difícil advertir que los cambios que ocurren se relacionan con algo más que solamente las condiciones externas.

A la mayoría de los hombres les cuesta admitir que existe un problema y, muchas veces, los médicos ni siquiera han pensado que la causa puede ser un bajo nivel de testosterona.

Cruzar la barrera de los cincuenta y experimentar un cambio brusco de personalidad, disminución de la fuerza física y potencia sexual, impulsa a algunos hombres a buscar soluciones mágicas para volver a la juventud. Sin embargo,

este no es el camino, busque ayuda profesional a través de su médico.

¿Cuáles son los signos y síntomas del ADAM?

Los signos y síntomas de la deficiencia de testosterona son tan variados como las funciones de la hormona. Por otro lado, no todos los hombres con deficiencia de testosterona tienen las mismas características ni el mismo grado. Muchos pacientes por lo tanto, tienen la dificultad de describir lo que padecen. Para esto, se ha desarrollado un cuestionario para facilitar a los pacientes a identificar y describir sus problemas.

Los signos y síntomas mas frecuentes son:

Composición corporal:

- Aumento de la grasa corporal
- Disminución de la masa muscular

Cognitivas

- Disminución de la actividad
- Fatiga frecuente
- Agudeza mental reducida
- Disminución de la concentración
- Alteraciones en el estado de animo

Función sexual

- Disminución en el libido
- Disminución en la calidad y frecuencias de las erecciones

Piel

- Disminución de la producción de sebo y resequedad
- Disminución del vello corporal
- Adelgazamiento del vello secundario

Fuerza muscular

- Disminución de la fuerza
- Disminución de la actividad física
- Atrofia muscular

Sangre

- Anemia acompañada de fatiga crónica

Sistema óseo

- Posible osteoporosis
- Dolor de espalda
- Fracturas

¿Qué es la testosterona?

La testosterona es la principal hormona masculina. Se produce en los testículos y controla las funciones sexuales del hombre adulto (libido, fertilidad y potencia sexual), preservando además la apariencia física de virilidad. Aunque no tiene relación con el tamaño del pene, es fundamental para la salud masculina, pues afecta además la formación de los huesos, el metabolismo de las grasas, carbohidratos, y la función del hígado.

Beneficios de la terapia de reemplazo con testosterona.

Una vez que se ha establecido el diagnóstico de deficiencia de testosterona y se ha determinado la causa, el médico decidirá cuál es el tratamiento necesario. Esta deficiencia puede ser tratada exitosamente mediante la terapia de reemplazo con testosterona.

El tratamiento mejora considerablemente el bienestar, el desempeño mental y físico. Muchos pacientes refieren efectos positivos sobre el humor, autoestima y vitalidad general. El tratamiento tiene un efecto masculinizante (virilizante) en las características sexuales secundarias (cuerpo, vello púbico, crecimiento de barba), aumenta la masa muscular, disminuyendo la grasa.