

## ¿Puede la testosterona detener el envejecimiento?

### ¿La testosterona podría ser la fuente de la juventud?



Esta hormona sexual masculina ha sido recetada con controversia por algunos "médicos antienvjecimiento" para retrasar el proceso de envejecimiento. ¿Pero es segura? ¿Y realmente funciona? Esto es lo que debe saber si los beneficios superan a los riesgos de los suplementos hormonales antienvjecimiento.

### ¿Qué es la testosterona?

La testosterona es una hormona que desempeña un papel importante en el desarrollo de las características sexuales secundarias masculinas, además de ayudar a regular la masa ósea, la distribución de grasa, la masa muscular y la fuerza.

La testosterona también regula el deseo sexual, o libido, y es producida por hombres y mujeres (aunque las mujeres producen cantidades mucho más pequeñas). La producción de testosterona alcanza su punto máximo en la adolescencia y la adultez temprana. Después de eso, los niveles de testosterona disminuyen lentamente. Sin embargo, a lo largo de la vida, la mayoría de los hombres produce grandes cantidades de testosterona.

## Condiciones asociadas con la testosterona

Muchos problemas sexuales relacionados con la edad en los hombres se atribuyen de manera incorrecta a la deficiencia de testosterona. La disfunción eréctil, por ejemplo, es causada con más frecuencia por problemas con la circulación, como la presión arterial alta, y no debido a una disminución de la testosterona.

Además, el término menopausia masculina, también llamada **andropausia** o viropausa, surgió en los últimos años para describir los cambios que los hombres experimentan a medida que envejecen. La mayor parte de la discusión se centra en una disminución en el nivel de testosterona, pero hay poca evidencia de que exista tal condición. La disminución en los niveles de testosterona masculina ocurre lentamente, durante muchos años.

A lo largo de sus vidas, la mayoría de los hombres permanecen dentro del rango "normal" de producción de testosterona.

## ¿La testosterona puede complementar a la ayuda?

Los hombres cuyos cuerpos producen poca o ninguna testosterona pueden ser ayudados por los suplementos de testosterona. Hay poca investigación sobre los efectos de la suplementación con testosterona en hombres saludables que producen una cantidad normal de testosterona para su edad.

Hay estudios en curso que intentan aprender más sobre los riesgos y los beneficios de los suplementos de testosterona.

## Riesgos de la suplementación con testosterona

Los investigadores y los médicos temen que la administración de suplementos de testosterona **pueda aumentar el riesgo de cáncer de próstata**. También existe la preocupación de que el aumento de los niveles de testosterona pueda aumentar el crecimiento de cualquier cáncer existente y espesar la sangre a través de una mayor producción de glóbulos rojos, lo que lleva a un aumento en el riesgo de un accidente cerebrovascular.

## Consideraciones

La suplementación con testosterona es un tratamiento médico apropiado para los hombres que producen poca o ninguna testosterona por sí solos. Algunos hombres informan un aumento en la masa muscular y la energía cuando toman testosterona, pero **la investigación no ha demostrado esas afirmaciones** y los riesgos son mucho mayores que los beneficios potenciales. En resumen, evite los tratamientos con testosterona para obtener beneficios contra el envejecimiento.

**Foromed**

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

---

**Referencias:**

Instituto Nacional sobre el Envejecimiento. Institutos Nacionales de Salud (NIH) E.E.U.U. Píldoras, parches y vacunas: ¿pueden las hormonas prevenir el envejecimiento?