

Guía de recursos hormonales: Testosterona

¿Qué es la terapia hormonal de afirmación de género?

• La terapia hormonal de afirmación de género, a veces conocida como HRT por sus siglas en inglés, puede incrementar el nivel de testosterona en el cuerpo. Las hormonas le indican a su cuerpo cómo funcionar y regulan muchas de las funciones del cuerpo, tales como el crecimiento, el apetito sexual, el hambre, la sed, la digestión, el metabolismo, el azúcar en la sangre, el colesterol, la distribución de la grasa, el crecimiento del cabello, el desarrollo de los senos, los cambios en la voz y el crecimiento óseo. Los efectos de la testosterona como terapia de afirmación de género en personas transmasculinas y no binarias, asignadas como siendo de sexo femenino al nacer, incluyen:

- Aumento de la masa muscular/fuerza
- Aumento de la oleosidad de la piel o acné
- Redistribución de la grasa
- Cesación de períodos menstruales
- Mayor apetito sexual
- Crecimiento de vello facial/corporal
- Engrosamiento de la voz
- Agrandamiento del clítoris
- Sequedad vaginal
- Caída de cabello del cuero cabelludo

• Los cambios pueden comenzar a producirse después de 1 a 6 meses y hasta de 2 a 5 años después de comenzar a recibir testosterona. Algunos de los cambios son permanentes e irreversibles.

• La velocidad con la que se producirán los cambios también dependerá de la dosis que reciba. Las personas pueden elegir recibir testosterona en dosis más bajas para que algunos cambios físicos se produzcan más lentamente. Las dosis de testosterona varían según la persona y no existe una única dosis correcta para todos. Su dosis y método de administración de testosterona puede ser diferente a los de otra persona.

• Se insta a las personas que reciban testosterona como terapia hormonal de afirmación de género que aún se realicen pruebas periódicas para la detección de cáncer cervical/Papanicolaus anormales si tienen cuello uterino (cérvix). También podrían recomendarse mamografías.

• La terapia hormonal de afirmación de género puede afectar la capacidad de una persona de quedar embarazadx o su fertilidad general. Una persona que desee quedar embarazadx y haya recibido o esté recibiendo testosterona debe conversar sobre la fertilidad con un proveedor médico o especialista en fertilidad con conciencia de género.

• La testosterona no es una forma de control de la natalidad y no previene las ITS (STI, por sus siglas en inglés). Las personas que reciban testosterona para la afirmación de género deben conversar con su proveedor médico acerca de una contracepción y prevención de ITS adecuadas.

• Algunas personas presentan cambios de humor o en su energía mientras reciben hormonas de afirmación de género. Estos cambios varían según la persona y pueden afectar cualquier inquietud de salud mental existente. Por favor, informe a su proveedor médico de cualquier cambio en su salud mental.

• Siempre puede dejar de recibir medicamentos relacionados con la transición en cualquier momento. Si le han realizado una histerectomía de afirmación de género, por favor, converse con su proveedor médico acerca de cualquier consideración necesaria antes de discontinuar las hormonas.

Posibles efectos de la testosterona en personas AFAB

Efecto	Inicio	Máximo	Reversible o permanente
Oleosidad de la piel/acné	1 to 6 meses	1 to 2 años	Reversible
Aumento de la masa muscular/fuerza	1 to 6 meses	2 to 5 años	Reversible
Redistribución de la grasa	2 to 6 meses	2 to 5 años	Reversible
Cesación de períodos menstruales	Variable	***	Reversible
Sequedad vaginal	3 to 6 meses	1 to 2 años	Reversible
Crecimiento de pelo facial/corporal	6 to 12 meses	4 to 5 años	Permanente
Caída de cabello del cuero cabelludo	6 to 12 meses	**	Permanente
Agrandamiento/ crecimiento del clítoris	3 to 6 meses	1 to 2 años	Permanente
Engrosamiento de la voz	Unknown	1 to 2 años	Permanente

** Prevención y tratamiento según lo recomendado para personas asignadas como siendo de sexo masculino al nacer

*** La menorragia requiere diagnóstico y tratamiento realizado por un ginecólogo

¿Cuáles son las hormonas de afirmación de género comunes para personas transmasculinas y no binarias?

La dosis adecuada para usted se determinará en consulta con su proveedor.

- Testosterona inyectable:
 - Testosterona (100-200 mg cada 2 semanas o 50-100 mg por semana de manera subcutánea [en la grasa] o intramuscular [en el músculo])
 - Testosterone undecanoate - 1000 mg every 12 week
- Parche de testosterona (2.5-7.5 mg/día)
- Gel de testosterona al 1.6% (50-100 mg/día)

¿Qué es el control de nivel hormonal?

Los controles hormonales son una rápida evaluación de los niveles hormonales en el cuerpo mediante una muestra de sangre. Le indicaremos sus niveles hormonales actuales y una recomendación para su caso para que usted y su proveedor consideren, a fin de que logre alcanzar sus metas deseadas.

¿Por qué las personas controlan sus niveles hormonales?

El control de los niveles de testosterona ayuda como orientación para cambios de dosis de acuerdo con las metas de la persona y ayuda a garantizar la seguridad. Las personas transmasculinas y no binarias que están recibiendo testosterona corren riesgo de eritrocitosis, una afección en la que el cuerpo produce demasiados glóbulos rojos. Si su cuerpo produce demasiados glóbulos rojos, podría tener riesgo de desarrollar coágulos sanguíneos. Los niveles de testosterona demasiado altos también pueden causar problemas hepáticos graves, presión sanguínea alta y enfermedad cardíaca.

¿Con qué frecuencia las personas deben controlar sus niveles hormonales?

Se debe controlar los niveles de testosterona cada 3 meses durante el primer año en que comience a recibir testosterona y luego cada 6-12 meses.

¿Cuál es el mejor momento de hacerse controlar los niveles de testosterona?

Si está recibiendo geles o parches, puede hacerse controlar los niveles hormonales en cualquier momento. Si está recibiendo testosterona inyectable, como enantato o cipionato de testosterona, puede hacerse controlar el nivel de testosterona de 3 a 4 días después de sus últimas inyecciones.

¿Cuáles son los niveles de testosterona ideales?

El cuerpo de todas las personas procesa la testosterona de manera un poco diferente, y su nivel "ideal" puede parecer diferente al de los demás; variará dependiendo de su dosis, sus metas y sus resultados de laboratorio de línea de base. Con frecuencia, un proveedor médico podría indicar que los niveles de testosterona para personas transmasculinas o no binarias podrían variar entre 300–1000 ng/dL. Encontrará su resultado bajo Testosterona, suero en su informe de laboratorio.

Videos de capacitación para autoadministrarse inyecciones

Cortesía de Howard Brown

Use su teléfono inteligente para escanear los códigos QR para lanzar cada video.

Paso 1: Llenado de la jeringa
youtu.be/ApWiQH4rzIA



Paso 2A: Inyección intramuscular o IM
youtu.be/DJd02xCNNc0



Paso 2B: Inyección subcutánea de SubQ
youtu.be/FgCCO9Gqt1Q



Enlaces a los 3 pasos en
inglés y en español
bit.ly/3BdH8UI

