

# Testosterona baja y tratamiento con testosterona

Una guía práctica para pacientes de Urología Baytown

## ¿Para qué sirve esta guía?

Esta guía explica cuándo el tratamiento con testosterona puede ser apropiado, qué beneficios y riesgos se deben considerar, qué opciones existen y por qué el seguimiento con análisis es importante. No significa que se recetará testosterona en la primera visita ni que el seguro cubrirá una opción específica.

## ¿Qué es la testosterona?

La testosterona es una hormona masculina importante. Afecta el deseo sexual, las erecciones, el estado de ánimo, la energía, los músculos, la fortaleza de los huesos, la producción de glóbulos rojos y la producción de espermatozoides.

Los niveles de testosterona pueden bajar por la edad, aumento de peso, diabetes, apnea del sueño, ciertos medicamentos, enfermedades crónicas, problemas de la glándula pituitaria, tratamiento previo para cáncer o problemas de los testículos.

## La meta no es tener el número más alto

La meta es subir la testosterona baja a un rango saludable de manera segura, y continuar el tratamiento solo si los síntomas mejoran y los análisis siguen seguros.

# ¿Cuándo es apropiado tratar?

El tratamiento con testosterona se considera cuando ambas cosas coinciden: los síntomas y los análisis de sangre.

## 1. Los síntomas encajan con testosterona baja

- Bajo deseo sexual
- Menos erecciones al despertar
- Disfunción eréctil junto con bajo deseo sexual
- Cansancio o baja motivación
- Ánimo bajo o irritabilidad
- Pérdida de músculo, baja densidad ósea o anemia sin explicación

## 2. Los análisis confirman testosterona baja

Generalmente necesitamos dos análisis de testosterona temprano en la mañana que muestren niveles bajos. No tratamos solamente el número. Los síntomas sin testosterona realmente baja pueden deberse al sueño, estrés, depresión, peso, diabetes, medicamentos, enfermedad del corazón u otros problemas hormonales.

## La primera visita suele ser evaluación, no tratamiento automático

El primer paso suele ser revisar síntomas, medicamentos, historial médico, metas de fertilidad y análisis previos. A veces necesitamos repetir estudios de sangre antes de decidir si el tratamiento es adecuado.

# ¿En qué puede ayudar el tratamiento?

## Posibles beneficios en el paciente correcto

- Deseo e interés sexual
- Erecciones al despertar en algunos hombres
- Síntomas relacionados con testosterona baja
- Estado de ánimo en algunos hombres
- Mejoría leve en músculo y composición corporal
- Fortaleza de los huesos con el tiempo
- Anemia sin explicación en pacientes seleccionados

## Lo que la testosterona generalmente no hace

- No es una garantía de más energía.
- No es un medicamento para bajar de peso.
- No es un tratamiento único para la disfunción eréctil.
- Muchos hombres con disfunción eréctil todavía necesitan tratamiento específico porque las erecciones dependen del flujo de sangre, nervios, diabetes, presión arterial, estrés, medicamentos y otros factores.

## ¿Cuáles son los riesgos?

### Efectos secundarios y temas de seguridad que vigilamos

- Conteo alto de glóbulos rojos, también llamado policitemia
- Acné o piel grasosa
- Hinchazón o retención de líquido
- Dolor o crecimiento de las mamas
- Encogimiento de los testículos
- Menor producción de esperma o infertilidad
- Empeoramiento de apnea del sueño no tratada
- Presión arterial más alta
- Aumento del PSA, que puede requerir evaluación de la próstata
- Posibles problemas de coágulos o ritmo cardíaco en algunos pacientes de mayor riesgo

Por estos riesgos, el tratamiento con testosterona requiere seguimiento regular. Si los análisis no son seguros, puede ser necesario ajustar la dosis, pausar el tratamiento o buscar otras causas.

# Corazón, próstata y fertilidad

## ¿La testosterona causa cáncer de próstata?

La evidencia actual no demuestra que el tratamiento con testosterona, cuando se usa y se vigila correctamente, cause cáncer de próstata. Sin embargo, la testosterona puede subir el PSA. Si el PSA sube más de lo esperado, podemos necesitar evaluar la próstata con más detalle.

## ¿La testosterona es segura para el corazón?

Un estudio moderno grande encontró que el tratamiento con testosterona no aumentó el riesgo de ataque al corazón, derrame cerebral o muerte relacionada con el corazón cuando se usó en hombres que realmente tenían testosterona baja y fueron vigilados correctamente. Aun así, la testosterona no está libre de riesgos, por eso revisamos el historial de corazón, presión arterial, coágulos, riñones y apnea del sueño antes de tratar.

## Advertencia sobre fertilidad

La testosterona puede bajar la producción de esperma. En algunos hombres, el conteo de esperma puede bajar mucho o incluso llegar a cero. Si está intentando tener hijos ahora, o podría querer hijos en el futuro, avísenos antes de empezar testosterona. Puede haber otras opciones más seguras para la fertilidad.

# Seguimiento y realidad de los costos

## Lo que podemos revisar antes de tratar

- Dos niveles de testosterona en la mañana
- Conteo de sangre / hematocrito
- PSA según la edad y el riesgo
- A veces LH, FSH, estradiol, prolactina u otros análisis hormonales
- Pruebas de fertilidad si es necesario

## Lo que vigilamos después de empezar

- Nivel de testosterona
- Conteo de sangre
- PSA cuando corresponde
- Presión arterial
- Síntomas y efectos secundarios

## El seguro y el pago en efectivo varían mucho

Algunos seguros cubren ciertas opciones de testosterona muy bien. Otros requieren autorización previa, cubren solamente opciones genéricas antiguas o niegan la cobertura. Muchos pacientes pagan en efectivo o usan tarjetas de descuento o programas del fabricante. Los precios cambian según farmacia, dosis, deducible, cupón y disponibilidad.

# Opciones de tratamiento con testosterona

Hay varias formas de usar testosterona. Todas tienen la misma meta general: subir la testosterona baja a un rango saludable. No hay una sola opción que sea la mejor para todos.

## Cómo elegimos

- Sus síntomas y niveles de testosterona
- Su conteo de glóbulos rojos y su historial de PSA/próstata
- Historial de corazón, presión arterial, coágulos, riñones y apnea del sueño
- Metas de fertilidad
- Comodidad con inyecciones o medicamento diario
- Cobertura del seguro y precio en efectivo
- Qué tan realista es tomar el medicamento o venir a la oficina con la frecuencia necesaria

## Nota de la clínica de Baytown

Algunas opciones pueden no estar disponibles en nuestra clínica. Por ejemplo, actualmente no colocamos pellets de testosterona en nuestra clínica de urología de Baytown, pero los incluimos para que los pacientes entiendan la variedad de opciones existentes.

# Detalles de las opciones

## Testosterona inyectable genérica: cipionato o enantato

### Cómo se usa

Generalmente se inyecta cada semana o cada 1-2 semanas, según la receta y el plan.

### Por qué algunos pacientes lo eligen

A menudo es la opción más económica y flexible. No tiene riesgo de transferirse por la piel a familiares.

### Puntos importantes

Requiere agujas, desecho seguro de objetos punzantes y buena técnica de inyección. Algunos hombres sienten subidas y bajadas entre dosis. Puede aumentar más el conteo de glóbulos rojos en algunos pacientes.

### Nota sobre Baytown / costo

A menudo es la opción de menor costo en efectivo, especialmente con medicamento genérico y precios con descuento de farmacia.

## **Autoinyector semanal: Xyosted**

### **Cómo se usa**

Es un autoinyector de enantato de testosterona que se aplica debajo de la piel una vez por semana.

### **Por qué algunos pacientes lo eligen**

No requiere sacar medicamento de un frasco. El dispositivo puede ser más fácil para pacientes a quienes no les gustan las agujas tradicionales.

### **Puntos importantes**

Es medicamento de marca. La cobertura del seguro varía y puede costar más que la testosterona inyectable genérica.

### **Nota sobre Baytown / costo**

El fabricante actualmente menciona un programa XYOSTED4YOU de pago en efectivo de \$199 al mes para pacientes elegibles sin cobertura o sin seguro. Los programas y precios pueden cambiar.

# Detalles de las opciones

## Gel de testosterona

### Cómo se usa

Se aplica en la piel todos los días, usualmente en hombros, parte superior de los brazos o abdomen, según el producto.

### Por qué algunos pacientes lo eligen

No requiere agujas. La dosis diaria puede dar niveles más estables y es fácil de suspender o ajustar.

### Puntos importantes

Puede transferirse a otras personas por contacto con la piel si no se tiene cuidado. Debe lavarse las manos, dejarlo secar, cubrir el área y evitar contacto con niños, parejas o mujeres embarazadas. Algunos hombres no absorben bien los geles.

### Nota sobre Baytown / costo

Los geles genéricos pueden ser accesibles para algunos pacientes con cupones, pero el costo varía mucho.

## Parche

### Cómo se usa

Se aplica en la piel todos los días.

### Por qué algunos pacientes lo eligen

No requiere agujas y no tiene el mismo problema de transferencia del gel.

### Puntos importantes

La irritación de la piel es común. Puede no pegarse bien. La disponibilidad y la cobertura pueden ser limitadas.

### Nota sobre Baytown / costo

Se usa con menos frecuencia que las inyecciones o geles.

## **Gel nasal de testosterona: Natesto**

### **Cómo se usa**

Se aplica dentro de la nariz, usualmente varias veces al día.

### **Por qué algunos pacientes lo eligen**

No requiere agujas y tiene menos preocupación de transferencia por la piel a familiares.

### **Puntos importantes**

Requiere dosis frecuentes. Puede causar irritación nasal, congestión, escurrimiento nasal o sangrado de nariz. No es ideal para pacientes con problemas importantes de nariz o senos paranasales.

### **Nota sobre Baytown / costo**

La cobertura y el costo varían.

# Detalles de las opciones

## Cápsulas orales de testosterona

### Cómo se usa

Generalmente se toman por boca dos veces al día, muchas veces con comida según el producto.

### Por qué algunos pacientes lo eligen

No requieren agujas y no tienen riesgo de transferencia por la piel.

### Puntos importantes

Pueden subir la presión arterial. Pueden ser costosas. No son adecuadas para todos, especialmente si la presión arterial no está controlada o el riesgo cardiovascular es alto.

### Nota sobre Baytown / costo

La cobertura del seguro varía mucho.

## Inyección de larga duración en la oficina: Aved

### Cómo se usa

Se administra en la oficina. Después de las primeras dos dosis, usualmente se administra aproximadamente cada 10 semanas.

### Por qué algunos pacientes lo eligen

Dosis poco frecuentes y no requiere autoinyección semanal.

### Puntos importantes

Requiere visitas a la oficina y vigilancia después de la inyección. Tiene un programa especial de seguridad por un riesgo raro pero serio de microembolismo pulmonar por aceite y reacción alérgica.

### Nota sobre Baytown / costo

El acceso, el seguro y la disponibilidad en la clínica varían.

## **Pellets de testosterona**

### **Cómo se usa**

Se colocan debajo de la piel durante un procedimiento menor y liberan testosterona lentamente durante varios meses.

### **Por qué algunos pacientes lo eligen**

Duran más tiempo. No requieren medicamento diario, inyección semanal ni tienen riesgo de transferencia por gel.

### **Puntos importantes**

Requieren un procedimiento. La dosis es más difícil de ajustar rápidamente. Puede haber moretones, sangrado, infección, molestia o salida del pellet. El costo de bolsillo puede ser alto.

### **Nota sobre Baytown / costo**

Actualmente no ofrecemos colocación de pellets de testosterona en nuestra clínica de urología de Baytown. Los incluimos porque son una opción disponible en otros lugares y algunos pacientes pueden escuchar sobre ellos en otras clínicas.

# Alternativas y productos que debe evitar

## Alternativas que pueden proteger la fertilidad

En algunos pacientes, especialmente hombres más jóvenes o quienes desean preservar fertilidad, podemos hablar de medicamentos como clomifeno, hCG o inhibidores de aromatasa como anastrozol en casos seleccionados. Estos no son lo mismo que reemplazo de testosterona. Intentan estimular la producción hormonal del propio cuerpo y también requieren seguimiento.

## Tenga cuidado con productos de internet o gimnasio

- Potenciadores de testosterona
- SARMS o químicos de investigación
- Péptidos
- Prohormonas o esteroides legales
- Post-cycle therapy o PCT
- Productos de optimización masculina de clínicas externas

Estos productos muchas veces no están aprobados por la FDA y pueden no ser seguros. Algunos contienen hormonas ocultas, medicamentos parecidos a esteroides o ingredientes que no aparecen claramente en la etiqueta.

## Por qué necesitamos saber

Estos productos pueden causar infertilidad, encogimiento de testículos, crecimiento de las mamas, daño al hígado, presión alta, coágulos, cambios de ánimo, colesterol anormal y resultados confusos en los análisis de testosterona. Traiga una foto del frasco, vial, etiqueta o sitio web a su visita. No estamos aquí para juzgarlo; necesitamos mantenerlo seguro.

# Resumen final

## La testosterona puede ayudar al paciente correcto

El tratamiento con testosterona puede ser muy útil cuando los síntomas y los análisis realmente coinciden con testosterona baja. Debe usarse con cuidado, con el diagnóstico correcto, metas realistas y seguimiento regular.

## Las tres preguntas que intentamos responder

- ¿Sus síntomas realmente encajan con testosterona baja?
- ¿Sus análisis confirman testosterona baja?
- ¿Podemos tratarlo de manera segura según su historial médico, metas de fertilidad y situación de costo/cobertura?

## Fuentes seleccionadas de información

- Guía de la American Urological Association sobre deficiencia de testosterona.
- Guía clínica de la Endocrine Society sobre tratamiento con testosterona en hombres con hipogonadismo.
- Actualización 2025 de la FDA sobre etiquetas de productos de testosterona: resultados cardiovasculares, advertencia de presión arterial y lenguaje de uso aprobado.
- Estudio TRAVERSE sobre seguridad cardiovascular e información relacionada de seguridad.
- Información del programa del fabricante XYOSTED4YOU, consultada en junio de 2026.
- Información de prescripción de FDA/DailyMed y fabricantes para formulaciones de testosterona, incluyendo Natesto y Aved.

Este folleto es solo educativo. No reemplaza una evaluación médica ni recomendaciones individualizadas.