

sintonia

DESEQUILÍBRIO EM MULHERES

- As mulheres são mais propensas a sofrer com oscilações hormonais. Puberdade, gestação, pós-parto e menopausa trazem variações intensas que podem causar irregularidades menstruais, ganho de peso, distúrbios do sono, fadiga, mudanças de humor, alterações na pele e a síndrome do ovário policístico (SOP), que afeta cerca de 10% das mulheres em idade fértil, segundo a SBEM.

DESEQUILÍBRIO EM HOMENS

- Nos homens, a queda gradual da testosterona — cerca de 1% ao ano após os 30, conforme a Mayo Clinic — pode levar a declínio da massa muscular, aumento da gordura corporal, fadiga, perda de libido e até disfunção erétil. Condições genéticas, como a síndrome de Noonan, também estão associadas a alterações hormonais. Homens acima dos 40 anos podem desenvolver resistência à insulina, diabetes tipo 2, dislipidemia e hipertensão, aumentando o risco cardiovascular.

USO DE ANABOLIZANTES

- O uso regular de anabolizantes aumenta as chances de problemas, como supressão da produção de testosterona, acne, queda de cabelo, mudanças de humor e problemas de fertilidade, além de aumentar o risco de doenças cardíacas e problemas de saúde a longo prazo.

CASO CONHECIDO

- A apresentadora Oprah Winfrey falou publicamente sobre seu desequilíbrio hormonal causado pela menopausa em 2022, durante um episódio do programa *The Checkup With Dr. David Agus*. Na ocasião, ela relatou sentir palpitações noturnas intensas, que a levaram a temer por sua vida.

Valdo Virgo/CB/D.A Press

Palavra do especialista

Quais são os principais benefícios e riscos da reposição hormonal, e como o acompanhamento médico ajuda?

Entre os benefícios estão a redução dos sintomas do climatério, melhora do sono, da pele e da saúde óssea. Por outro lado, há riscos como aumento de câncer de mama, tromboembolismo e AVC, que variam conforme idade, tipo de hormônio e histórico familiar. O acompanhamento médico avalia se os benefícios superam os riscos.

Como a reposição hormonal difere entre homens e mulheres?

Nas mulheres, é indicada para menopausa precoce ou sintomas graves, com estrógeno e progesterona (ou só estrógeno em quem retirou o útero). Nos homens, apenas em hipogonadismo confirmado, usando testosterona. Não é indicada para envelhecimento normal ou estética.

Em quais casos a reposição costuma ser mais indicada?

Na falência ovariana precoce, pelo risco de osteoporose e doenças cardiovasculares, e em homens com hipogonadismo documentado, que têm sintomas como cansaço, perda muscular e baixa libido. É importante buscar avaliação para prevenir complicações e manter a qualidade de vida.

Cristina Khawali é endocrinologista dos laboratórios Delboni e Salomão Zoppi, do Grupo Dasa