



A frase em inglês pode ser lida em cartazes espalhados nos ônibus e trens do metrô do Reino Unido. E entre as várias respostas para acabar com o cansaço constante de homens e mulheres que surgiram nos últimos anos, uma delas virou moda: injeções de testosterona, o hormônio masculino. A moda é tamanha que um médico, Nick Panay, da Real Associação de Obstetras e Ginecologistas do Reino Unido, defendeu que a substância seja administrada gratuitamente, em mulheres, pela rede de saúde pública.

De acordo com Panay, se for aplicada em pequenas doses, a testosterona não só ajuda a reativar a energia do corpo, como aumenta o apetite sexual das mulheres.

"Uma em cada três mulheres no país sofre com a falta de desejo sexual e isso pode ser aliviado com um suplemento de testosterona", argumentou o médico, durante uma conferência científica em Harrogate, no norte do país.

### 'Não é Viagra'

Mas o médico fez questão de esclarecer: "Não é uma espécie de Viagra feminino. É apenas algo que pode ajudar", disse.

Segundo o especialista, a solução hormonal pode ser injetada ou aplicada como um gel.

A moda dos suplementos de testosterona surgiu acompanhada de advertências. Para os especialistas, estes devem ser usados somente sob supervisão médica. O uso inadequado das substâncias "pode causar infarto, problemas cerebrais, danos no fígado e no sistema endócrino".

Mas a testosterona já tem adeptos famosos: o cantor britânico Robbie Williams admitiu, há dois anos, que tomava injeções de testosterona para aumentar o apetite sexual e aguentar o ritmo das turnês.

"Um médico me disse que meu nível de testosterona era igual ao de um homem de 100 anos, então comecei a tomar injeções que me ajudaram não só a melhorar meu estado físico, como a minha atividade sexual", disse o cantor à revista Esquire.

Mas como este hormônio ajuda o corpo e por que se tornou uma nova tendência no combate ao cansaço?

### O hormônio da moda

A testosterona é o hormônio masculino responsável pelo desejo e pelas funções sexuais do

homem.

Mas é possível sintetizar a substância. Várias empresas desenvolveram suplementos de testosterona, retirando-a de plantas (que também a produzem) para vendê-las na forma de comprimidos, injeções ou gel.

De acordo com a revista Pulse, o uso dos suplementos dobrou nos últimos cinco anos em alguns países da Europa e nos Estados Unidos - tanto por homens quanto por mulheres - como uma saída contra o cansaço e a falta de desejo sexual.

No ano passado, os médicos da rede pública britânica recomendaram 370 mil receitas destes produtos.

"Nas mulheres, por exemplo, o hormônio combate o distúrbio conhecido como transtorno do desejo hipoativo, que afeta 15% das mulheres na menopausa", explicou Panay.

"Vi mulheres que passaram a correr maratonas", acrescentou.

Além disso, a falta de testosterona causa o que tem sido chamado de menopausa masculina.

"Pessoalmente, o hormônio fez com que eu me sentisse vivo: caminho mais, corro mais. Mas sobretudo, ele ajuda na recuperação da confiança em si mesmo", disse ao jornal The Telegraph Dan Hegarty, um médico que toma o suplemento há vários anos.

"Comecei a usar o hormônio quando fui ao médico, porque não conseguia nem ler o jornal sem cair no sono", explicou Hegarty.

### **Riscos**

No entanto, como toda moda que envolve campo da saúde, é preciso tomar vários cuidados e os médicos se mostram céticos na hora de recomendar seu uso para alguns pacientes.

A principal advertência é de que os homens só devem tomar o suplemento se for diagnosticada a baixa produção de hormônio e se o seu consumo for controlado por um médico.

"O cansaço constante é sintoma de várias doenças. Um homem pode ter níveis baixos de testosterona, mas pode sentir-se normal. Ou ter um nível normal do hormônio, mas não conseguir sair da cama", disse ao The Telegraph o endocrinologista Mark Vanderpump.

Por isso, a agência que controla e regulamenta os alimentos e medicamentos nos Estados Unidos, a FDA (na sigla em inglês), lançou um alerta sobre os riscos de infarto ou de problemas de fertilidade causados pelo consumo excessivo destes suplementos.

"O abuso da testosterona, geralmente em uma dose maior do que a prescrita pelos médicos, pode afetar seriamente a saúde da pessoa e causar infarto, problemas no cérebro, no fígado e no sistema endócrino", disse o comunicado da FDA.

Entre as mulheres, além do diagnóstico da deficiência hormonal, é importante saber que as doses devem ser muito menores do que as injetadas nos homens.

"Não podemos esquecer que as mulheres produzem os dois hormônios (testosterona e estrógeno) e precisam apenas da aplicação de um adesivo para ajudá-las a superar a queda do desejo sexual, por exemplo", disse à BBC a médica Channa Jayasena, do respeitado Imperial College de Londres.

Fonte: Bem Estar