



Dr. Júlio Palazzo de Mello
Médico Nutrólogo
CRM PR 16.401 / CRM SP 83.054



REPOSIÇÃO HORMONAL

A reposição hormonal é a restituição dos hormônios do nosso corpo. Depois dos 30 anos, todo mundo perde 2% de produção de hormônio. Só que, para manter a saúde e a disposição, é possível repor os hormônios que estão em falta no organismo. Uma das funções da reposição hormonal é manter a idade cronológica de acordo com a idade biológica.

Não existe idade certa para fazer reposição hormonal. Depende de pessoa para pessoa. Por isso é tão importante fazer exames para detectar se há carência hormonal ou não. A queda hormonal também está atrelada ao nível de estresse da pessoa, pois alguns hormônios estão diretamente relacionados com a glândula do estresse, a suprarrenal.

Muitos homens pensam que tomando injeção de testosterona ficarão fortes e terão melhora no desempenho sexual. No entanto, não é tão simples assim. Antes de sair colocando qualquer hormônio para dentro do seu organismo, é preciso dosá-lo por meio de exame. Ele só será repostado, caso esteja em falta.

Já no caso das mulheres, elas também perdem 2% ao ano, depois dos 30 anos, de produção do DHEA, que é precursor da testosterona e do estradiol. Por isso, é importante se antecipar e buscar um nutrólogo antes dos 30.

Tanto no caso dos homens quanto das mulheres, é preciso realizar exames para dosar os hormônios no organismo. Se

o resultado apresentar carência de algum hormônio, ele terá que ser repostado. Atualmente, a reposição mais utilizada é por meio de hormônios bioidênticos em gel. Eles são produzidos em laboratório, mas tem estrutura molecular idêntica a nossa. Por isso, não provocam efeitos colaterais que os hormônios sintéticos poderiam gerar.

