

# ANDROPAUSA E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE DO HOMEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

## ANDROPAUSE AND ITS IMPACTS ON MEN'S HE- ALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW

Cicera Eduarda Almeida de Souza<sup>1</sup>

Cicero Denilson Aurélio Soares<sup>2</sup>

Hellen Cristina Alves da Silva Lima<sup>3</sup>

Natália Silva Sousa<sup>4</sup>

Silmara Faustino Sarmento de Souza<sup>5</sup>

Renata Lívia Silva Fonsêca Moreira de Medeiros<sup>6</sup>

**Resumo:** INTRODUÇÃO: inicia a partir dos 50 anos, por consequência do declínio do hormônio testosterona, com isso a andropausa acarreta diversos danos à saúde do homem que está passando pelo seu processo de

Andropausa ou Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino (DAEM), acomete a população masculina entre 60 e 70 anos, e que algumas vezes se

---

1 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, PB Brasil

2 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, PB Brasil

3 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, PB Brasil

4 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, PB Brasil

5 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, PB Brasil

6 Docente da Faculdade Santa Maria -FSM, Enfermeira pela Universidade Federal da Paraíba-UFPB



envelhecimento. **OBJETIVO:** Diante disso, o presente trabalho foi desenvolvido com o objetivo de identificar na literatura as implicações da andropausa na saúde do homem. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura de cunho descritivo-exploratório, foram realizadas buscas no mês de novembro de 2021, a partir do levantamento bibliográfico nas bases de dados científicas das bibliotecas virtuais (LILACS), (ScieElo) Google Acadêmico e (MEDLINE), sob a aplicação dos descritores selecionados pelo (DeCS), por intermédio do operador booleano AND. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foi evidenciado na literatura que os sintomas da andropausa podem ser manifestados diferentemente de pessoa para pessoa, entre os sintomas mais comuns foram encontrados a irritabilidade, diminuição da libido, disfun-

ção erétil, depressão, alteração no sono e ejaculação precoce. Entretanto, existem meios de tratamento de reposição hormonal para tratar os impactos que a andropausa pode causar à saúde do homem. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Este trabalho desenvolvido atingiu ao objetivo proposto, pois foi evidenciado os sintomas que a andropausa pode causar na população masculina, para tanto, existe a reposição hormonal como método de tratamento, entretanto ainda existem tabus que dificultam nos cuidados dos homens com a própria saúde.

**Palavras chaves:** Andropausa. Saúde do Idoso. Envelhecimento. Testosterona.

**Abstract:** INTRODUCTION: Andropause or Androgenic Disorder of Male Aging (ADD) affects the male population betwe-



en 60 and 70 years old, and which sometimes starts after 50 years old, as a consequence of the decline of the testosterone hormone. to the health of men who are going through their aging process. **OBJECTIVE:** Therefore, the present work was developed with the objective of identifying in the literature the implications of andropause in men's health. **METHODOLOGY:** This is an integrative literature review of a descriptive-exploratory nature, searches were carried out in November 2021, based on a bibliographic survey in the scientific databases of virtual libraries (LILACS), (ScieElo) Google Academic and (MEDLINE), under the application of the descriptors selected by (DeCS), through the Boolean operator and. **RESULTS AND DISCUSSION:** It was shown in the literature that andropause symptoms can be

manifested differently from person to person, among the most common symptoms were irritability, decreased libido, erectile dysfunction, depression, sleep disorders and premature ejaculation. However, there are ways of hormone replacement treatment to treat the impacts that andropause can have on men's health. **FINAL CONSIDERATIONS:** This work achieved the proposed objective, as it showed the symptoms that andropause can cause in the male population. Therefore, there is hormone replacement as a treatment method, however there are still taboos that make it difficult for men to take care of their own. health.

**Keywords:** Andropause. Elderly Health. Aging. Testosterone.

## INTRODUÇÃO



De acordo com (BONACCORSI, 2017), Andropausa ou Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino (DAEM) é resultante do declínio progressivo de diminuição dos níveis de testosterona no sangue, encontrado em pelo menos 20% dos homens com idade entre 60 e 70 anos, e que algumas vezes se inicia a partir dos 50 anos.

Por consequência disso, (BONACCORSI, 2017) aponta que os homens podem apresentar sintomas semelhantes à menopausa que acontece nas mulheres com idade acima de 45 anos pela redução acentuada dos níveis de estrógeno. Apesar disso, não é previsível em que idade os sintomas podem ocorrer no homem, além de ser comum que as manifestações de cada indivíduo sejam diferentes.

Segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e

Metabologia (SBEM), estudos mostram que a diminuição acentuada dos níveis de testosterona pode acarretar riscos em outros problemas de saúde, como doenças cardíacas e ossos frágeis. Desse modo, tudo ocorre em uma época da vida em que muitos homens começam a questionar seus valores, realizações e seus objetivos. É difícil mudar hábitos de vida por alterações hormonais.

Para (LIMA et al, 2017), Essa deficiência androgênica vem despertando o interesse dos pesquisadores em realizar estudos acerca de tal, como também dos homens que buscam manter o corpo ideal e uma vida sexualmente ativa, sabendo que havendo a disfunção androgênica existem algumas limitações que dificultam a procura de solucionar o problema. O que dificulta o rastreio, o diagnóstico e o tratamento da DEAM, são os tabus



sociais e culturais que o homem sofre.

Embora o termo andropausa se assemelhe com o termo menopausa, nas palavras de (LIMA et al, 2017) há algumas diferenças significativas, a proporção de homem é baixa comparado com as mulheres nesse período pois, cerca de pouco mais que 20% da população masculina com idade acima de 60 anos possuem, já as mulheres é aproximadamente 75% com idade acima de 45 anos.

Portanto, (PEREZ et al, 2020) afirma que quando os sintomas são percebidos o ideal é realizar um diagnóstico, por um exame que mede o nível de testosterona no homem, para que dessa forma as devidas medidas de tratamento sejam realizadas

O diagnóstico é de difícil interpretação visto que não é comum fazer uma ligação dos

sintomas com a diminuição hormonal, sendo assim exige do profissional uma atenção especial nesse ponto. Para (PEREZ et al, 2020), (LIMA et al, 2017) e (ROHDEN, 2012), existem algumas formas de tratamento entre eles a reposição hormonal, tratamento de escolha das mulheres com menopausa, tornou-se também uma alternativa de recuperar o nível hormonal da testosterona nos homens, contudo como toda terapia hormonal tem seus pontos positivos e negativos.

Diante disso, conhecendo a relevância dessa temática, o estudo foi desenvolvido com o propósito de conhecer os sintomas que a andropausa provoca no corpo masculino.

O objetivo é identificar na literatura as implicações da andropausa na saúde do homem.

#### **METODOLOGIA:**



O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura de cunho descritivo-exploratório embasado na metodologia proposta por Mendes (2008), seguindo as etapas de: formulação da questão norteadora; coleta de dados; avaliação dos dados; análise e interpretação; apresentação dos resultados. Realizado no mês de novembro de 2021, cuja finalidade foi reunir informações de diferentes estudos de maneira objetiva, completa e imparcial sobre a temática.

Esta pesquisa foi elaborada a partir do levantamento bibliográfico nas bases de dados científicas das bibliotecas virtuais Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Online Library (ScieElo) Google Acadêmico e Medical Literature Analysis and Retrieval System

Online (MEDLINE), sob a aplicação dos descritores selecionados pelo Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Andropausa”, “Saúde do Idoso”, “Envelhecimento”, “Testosterona”, por intermédio do operador booleano AND.

Após a realização da busca, pelo levantamento bibliográfico foram encontrados 650 resultados. Determinou-se como critérios de inclusão: estudos disponíveis de forma gratuita, nos idiomas português e espanhol, dentro do recorte temporal de 10 anos, indexados nas bases de dados referenciadas e que atendessem à temática. Já os critérios de exclusão definidos correspondem a artigos pagos e que não atenderam ao objetivo proposto. Com essa delimitação foram selecionados 10 artigos que abordassem discussões sobre os objetivos do estudo para compor a amostra final.



**RESULTADOS e DISCUSSÕES**

As informações dos artigos que compuseram a amostra

deste estudo foram distribuídos no quadro 1 contendo os títulos, autores, ano de publicação, país e objetivos. Organizados do mais atual para o mais antigo.

**Quadro 1 - Artigos selecionados para análise do estudo.**

| <b>TÍTULO</b>  | <b>AUTOR/ANO</b>              | <b>OBJETIVO</b>  |
|--|-------------------------------|--|
| Aplicação da insuficiência androgênica parcial do homem idoso na prática física. | BRINATI. A.L.S et al.<br>2020 | Associar o declínio hormonal masculino ao envelhecimento, e a sua aplicação na falta da prática física.  |
| Impacto da andropausa na população masculina                                     | PEREZ, et al<br>2020          | Diagnosticar se depressão e estresse são sintomas da andropausa ou da vida cotidiana.  |
| Treinamento funcional em homens com deficiência androgênica                      | WOLFGRAMM. B.G et al<br>2018  | Analisar a influência de um protocolo de treinamento funcional na AF habitual em homens com DAEM.  |
| As consequências da andropausa na qualidade de vida: Revisão Sistemática         | MELLO. C.Y et al<br>2017      | Relacionar a influência da andropausa na qualidade de vida dos homens com idade superior a 40 anos.  |
| Andropausa: Um desafio para o envelhecimento masculino.                          | LIMA de M.M et al<br>2017     | Investigar, por meio da revisão integrativa, a população masculina portador da andropausa ou hipogonadismo tardio, com ênfase em sua sintomatologia e implicações na saúde do homem. |



|   |                                  |  |
|---|----------------------------------|--|
| Andropausia y vulnerabilidad en salud: ¿cuándo empezamos a educar a los hombres y a los profesionales de la salud?                    | CORTÉS. M.E et al<br>2016        | O conhecimento sobre a Andropausa tem homens, profissionais de saúde e educadores da área.   |
| Hipogonadismo masculino ou andropausa: estudo de revisão integrativa da literatura.   | MÁRCIO CRISTIANO DE MELO<br>2013 | Analisar a literatura acerca do hipogonadismo masculino ou andropausa.   |
| Continue a nadar": sobre testosterona, envelhecimento e masculinidade   | LUCAS TRAMONTANO, et al.<br>2012 | Explorar a reformulação da antiga andropausa no diagnóstico da Deficiência Androgênica do Envelhecimento Masculino (DAEM) e seu tratamento farmacológico, que é a reposição de testosterona. |
| Capturados pelo sexo: a medicalização da sexualidade masculina em dois momentos   | FABÍOLA ROHDEN<br>2012           | Refletir sobre a medicalização da sexualidade masculina.   |
| “O homem é mesmo sua testosterona?” promoção da andropausa e representações sobre sexualidade e envelhecimento no cenário brasileiro. | FABÍOLA ROHDEN<br>2011           | Mapear a trajetória de aparecimento da andropausa ou DAEM no cenário das publicações biomédicas e seu deslizamento para o âmbito da divulgação pública.                                      |

Fonte: elaborado pelos autores, 2021.

O Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino (DAEM) ou Andropausa, é um problema que acomete parte da



população masculina, geralmente a partir dos 50 anos, não sendo essa base de idade restrita.

A partir da análise dos dados, foi possível constatar as principais consequências que a andropausa gera no corpo masculino. No entanto, os sintomas podem se manifestar de forma diferente em cada indivíduo dependendo da idade e de outros fatores que serão apresentados.

A andropausa não é um processo isolado, mas para (PEREZ et al, 2020), parte de outro mais amplo que é a senescência, a qual ocorre a partir de várias idades e por uma série de fatores variados, dos quais o mais importante é a hereditariedade. O climatério masculino, ou andropausa caracterizada por uma hipogonadismo, foi descrito pela primeira vez em 1939, como o declínio da testosterona plasmática em homens acima de 50 anos.

Analisando a literatura, (WOLFGRAMM, 2018) afirma que a testosterona é o hormônio sexual mais presente no corpo masculino, cuja responsabilidade é a diferenciação sexual, atuando no desenvolvimento dos órgãos genitais, aumento da massa muscular, crescimento de pêlos, intensificação da voz e produção de espermatozóides, por exemplo.

Com isso (MELO, 2013) recorda-se que a diminuição de hormônios sexuais acontece tanto nas mulheres como nos homens, nas mulheres, conhecido como fase de menopausa e nos homens como andropausa. Entretanto, a partir da análise, da literatura, os estudos evidenciaram que o Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino (DAEM) ou Andropausa, não afeta todos os homens, diferentemente da menopausa que atinge



a todas as mulheres apenas com variações de idade.

É importante destacar que a decadência hormonal pode acarretar riscos à saúde, dessa forma a testosterona em nível abaixo do normal é resultante do Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino, e que segundo os autores mencionados (PEREZ et al, 2020), (WOLFGRAMM, 2018), (MELO, 2013), evidenciou-se que o homem diagnosticado com (DAEM), está sujeito a manifestar os sintomas da Andropausa. À vista disso, a análise dos estudos revelaram os seguintes sintomas mais comuns apresentados pelos homens:

1. Irritabilidade: De acordo com (ROHDEN, 2011) o homem pode sentir-se agressivo, facilmente perturbado com pequenas coisas, com humor instável.

2. Diminuição da

Libido e Disfunção Erétil: Segundo (LIMA et al, 2017), foi evidenciado que a andropausa reduz o fluxo sanguíneo nos testículos, reduzindo a síntese da testosterona, consequência da diminuição da libido. Os níveis adequados de testosterona podem variar entre 241 e 827 nanogramas por decilitro de sangue, com isso, os homens com declínio de 50% abaixo do ideal, podem apresentar dificuldade em manter a ereção.

3. Depressão: De acordo com (PEREZ, 2020), a mudança de hábitos por conta da disfunção hormonal podendo gerar sinais de cansaço e de alterações no humor, levando a desencadear a depressão.

4. Alteração no sono: Como aponta (TRAMONTANO, 2012), com os níveis muito baixos de testosterona, todo o desempenho do corpo se



altera, bem como o emocional do homem que sofre da insuficiência androgênica, podendo acarretar ansiedades, mudança de personalidade e estresse. Todos os fatores mencionados dificultam o bem estar do indivíduo, bem como a qualidade do sono.

5. Ejaculação Precoce: (ROHDEN, 2012), aponta que a ejaculação precoce está associada à diminuição dos testículos, devido à tensão ou até mesmo pela ingestão de fármacos cuja finalidade seria proporcionar a ereção. A diminuição dos testículos é associada à redução dos níveis de testosterona .

A apresentação dos sintomas podem variar dependendo do grau de intensidade e do tempo que o homem está vivendo com o declínio da testosterona. Mas para (PEREZ, 2020), tal condição, existem tratamentos

para diminuir os impactos da andropausa. Um diagnóstico clínico deve ser conduzido para que seja feita a escolha do método eficaz de tratamento, como a reposição hormonal.

Vários benefícios da terapia de reposição de testosterona em homens foram observados, especialmente um aumento na massa muscular e densidade óssea, e uma diminuição na massa gorda, com dados mais conflitantes e controversos sobre força muscular, função sexual e humor. Porém (MELO,2017) alerta que o tratamento com testosterona pode acelerar o câncer de próstata metastático.

Em suma, foi considerado que a andropausa gera diversas consequências negativas ao indivíduo, sendo a reposição hormonal um possível método de tratamento, possuindo fatores positivos e negativos.



**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através dos artigos revisados, foi evidenciado na literatura os efeitos que a andropausa pode causar ao homem e que as consequências estão relacionadas diretamente com implicações à saúde como foi relatado nos resultados. Portanto, a reposição de testosterona é um método de tratamento utilizado nessa deficiência.

Mesmo com dados estatísticos baixos, de homens vivendo com andropausa, questões pertinentes ao envelhecimento geram motivos de perturbação desde cedo, uma vez que o envelhecimento automaticamente é relacionado pelos homens à perda da sexualidade. Muitos tabus estão envolvidos, a cultura ainda interfere nos cuidados dos homens com a própria saúde.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Bonaccorsi, Antonio C. Andropausa: insuficiência androgênica parcial do homem idoso. Uma revisão. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia [online]. 2001, v. 45, n. 2 [Acessado 22 Novembro 2021], pp. 123-133. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0004-27302001000200003>>. Epub 02 Jul 2001. ISSN 1677-9487. <https://doi.org/10.1590/S0004-27302001000200003>.

BRINATI, Ana et al, 2020. APLICAÇÃO DA INSUFICIÊNCIA ANDROGÊNICA PARCIAL DO HOMEM IDOSO NA PRÁTICA FÍSICA. Acesso em 18 nov 2021, Disponível em <<http://pensaracademico.facig.edu.br/index.php/congressogeriatría/article/view/2612>>.



CORTES, Manuel E; BERNAL, Yanara A; VIGIL, Pilar. Andropausia y vulnerabilidad en salud: ¿cuándo empezamos a educar a los hombres y a los profesionales de la salud?. Rev. méd. Chile, Santiago , v. 144, n. 4, p. 541-543, abr. 2016 . Disponível em <[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872016000400023&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872016000400023&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 21 nov. 2021. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872016000400023>.

LIMA, Maria Monalis De et al.. Andropausa: um desafio para o envelhecimento masculino. Anais V CIEH... Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: <<https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/34110>>. Acesso em: 20/11/2021 22:39.

MELLO. C.Y et al, 2017 AS CONSEQUÊNCIAS DA ANDROPAUSA NA QUALIDADE DE VIDA: revisão sistemática [Acessado 18 Novembro 2021]. Disponível em DOI: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v15i2.3747> | MELLO | Revista da Universidade Vale do Rio Verde (unincor.br).

Márcio Cristiano de Melo, Hipogonadismo masculino ou andropausa: estudo de revisão integrativa da literatura | de Melo | Revista de Enfermagem UFPE online Acessado em: 18 nov 2021. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v7i3a11555p898-909-2013>.

PEREZ, Gabriele et al, 2020, Impacto da Andropausa na população Masculina: Diagnosticar se Depressão e Estresse são Sintomas



mas da Andropausa ou da Vida Cotidiana. Acessado em: 18 nov 2021, Disponível em: [www.sao-luis.org/feira-do-conhecimento/wp-content/uploads/2020/11/10-TCC-ANDROPAUSA](http://www.sao-luis.org/feira-do-conhecimento/wp-content/uploads/2020/11/10-TCC-ANDROPAUSA).

Rohden, Fabíola "O homem é mesmo a sua testosterona": promoção da andropausa e representações sobre sexualidade e envelhecimento no cenário brasileiro. Horizontes Antropológicos [online]. 2011, v. 17, n. 35 [Acessado 22 Novembro 2021], pp. 161-196. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-71832011000100006>>. Epub 01 Set 2011. ISSN 1806-9983. <https://doi.org/10.1590/S0104-71832011000100006>.

Rohden, Fabíola, 2015: Capturados pelo sexo: a medicalização da sexualidade masculina em dois momentos. Ciência & Saúde

Coletiva [online]. 2012, v. 17, n. 10 [Accessed 22 November 2021], pp. 2645-2654. Available from: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232012001000014>>. Epub 23 Oct 2012. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012001000014>.

SABEM, 2021. Andropausa: fase da vida do homem não é tabu: Acessado em 20 nov 2021, Disponível em <https://semprebem.paguemenos.com.br/Andropausa: fase da vida do homem não é tabu>.

TRAMONTANO, Lucas. "Continue a nadar": sobre testosterona, envelhecimento e masculinidade. 2012. 128 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas e Saúde; Epidemiologia; Política, Planejamento e Administração em Saúde; Administra) - Universidade do Estado do Rio de Ja



neiro, Rio de Janeiro, 2012.

Wolfgramm et al, 2018, Treinamento funcional em homens com deficiência androgênica . Rev Bras Ativ Fís Saúde. Acesso em 18 nov de 2021. Disponível em : Vista do Treinamento funcional em homens com deficiência androgênica (rbafs.org.br).

