

[ r e v i s i ó n ]

# Alteraciones metabólicas y nutricionales en el paciente con disforia de género

Antonio Becerra Fernández

Profesor Honorífico en CC. Salud, Departamento de Nutrición y Bromatología, Universidad de Alcalá, Madrid.  
Coordinador del grupo GIDSEEN (Identidad y Diferenciación Sexual) de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición

## Palabras clave

Personas transgénero,  
alteraciones  
nutricionales,  
alteraciones  
metabólicas,  
tratamiento  
hormonal cruzado,  
enfermedad  
cardiovascular

## >>RESUMEN

Las personas transgénero suelen presentar una falta de adaptación e insatisfacción de su imagen corporal que les lleva a querer modificar las características de su sexo biológico y acentuar las de su género sentido. Para ello suelen recurrir a cambios de los hábitos dietéticos y nutricionales, así como al tratamiento hormonal y/o quirúrgico. Un motivo de preocupación es el aumento de peso corporal tras este tratamiento. El tratamiento de afirmación de género permite conseguir importantes beneficios e incrementar su grado de bienestar, pero no está exento de efectos adversos. Hasta ahora no hay estudios prospectivos de seguimiento a largo plazo que puedan evaluar estos riesgos con un elevado nivel de evidencia, sólo disponemos en la literatura de estudios de cohorte retrospectivos y de la experiencia de las Unidades de Género. En esta revisión

pretendemos analizar las alteraciones nutricionales y metabólicas que se producen en esta población, unas como consecuencia del impacto psicosocial que sufren las personas transgénero, y otras como resultado del tratamiento hormonal, generalmente de por vida, al que se someten para adecuar sus características físicas del sexo asignado al nacer con el género con el que se identifican.

*Nutr Clin Med* 2021; XV (1): 41-58

DOI: 10.7400/NCM.2021.15.1.5096

## Key words

Transgender people,  
nutritional disorders,  
metabolic disorders,  
cross-hormonal  
treatment,  
cardiovascular  
disease

## <<ABSTRACT

Transgender people often show a lack of adaptation and dissatisfaction with their body image that leads them to want to modify the characteristics of their biological sex and accentuate those of their felt gender. For this, they usually resort to changes in dietary and nutritional habits, as well as hormonal and/or surgical treatment. One cause for concern is the increase in body weight after this treatment. Gender affirming treatment allows you to achieve significant

benefits and increase your level of well-being, but it is not without adverse effects. To date, there are

## Correspondencia

Antonio Becerra Fernández  
Email: a.becerrafernandez@gmail.com