

La Palabra de las Insumisas

MtF HRT: Guia DIY

Esta es una traduccion al espanol de la guia para producir estrógeno de forma autonoma que utilizo el colectivo “Muerte antes que de-transicion” para hacer su guia simplificada. Hecha de forma autonoma para Abya Yala y cualquier territorio que se beneficiara de tomar este conocimiento y sacarla de las manos de grupos primer mundistas radicales pero privilegiados. Hay muchísimo que aprender, pero la autonomia transicional poco a poco se hace paso en Abya Yala y con ello nuestro empoderamiento. Nunca depender del estado asesino, ni de las ONG’s o de los doctores para nuestra supervivencia.

Nuestra salud debe estar en nuestras manos. Sepan hermanas que muchísimas cabras como nosotras han logrado producir estrógeno en sus casas y laboratorio DIY. Incluso en situaciones increíblemente precarias, sin laboratorio propiamente dicho, solo se necesita cierto estandar de higiene y llevar a cabo nuestro cometido informandonos lo mas posible y siguiendo el procedimiento a la punta de la letra. Nunca vender el estrógeno, pero distribuirlo a cuantas companeras podamos.

Para nuestros companeros: La testosterona tambien se ha logrado sintetizar de forma exitosa, pero se lleva a cabo de manera mas oculta pues es una sustancia mucho mas controlada. Por eso mismo (por ahora), no hemos podido conseguir una guia para producir testosterona de forma autonoma. Pero tan pronto como consigamos una, nos pondremos a trabajar.

Lamentablemente los recursos de esta guia estan en ingles (Y en ruso tambien, parece) y habra una barrera de clasismo (como siempre) para nuestras companeras que no han tenido la oportunidad o no han sido obligados a aprender uno de los idiomas del opresor. Sin embargo, ponemos los recursos aqui tambien.

La guia en su idioma original: <https://groups.io/g/MTFHRT/wiki/29602>

Informacion autonoma de mujeres trans sobre como se comportan las hormonas en el cuerpo humano:

<https://transfemscience.org/misc/injectable-e2-simulator/>

(Esta segunda pagina web tiene muchos estudios autonomos interesantes, y un simulador para entender como se comportan las hormonas en tu cuerpo dependiendo de que concentracion y que tipo de estrógeno decidas utilizar. Tambien es muy util para compararlo con el que usualmente distribuyen las ONG’s y los hospitales, el que se dice ser mas “seguro” pero que podemos ver no es el mas efectivo para la salud mental de las mujeres trans.

Notas de las traductoras

1) Se va a discutir mucho equipo y proceso opcional en esta guía, muchas alternativas y procesos. Unos son mas complicados o caros que otros. Sin duda es mejor tener un laboratorio lo mas limpio posible y dedicado solo a esto. Sin embargo, queremos recordar a la lectora que a pesar de que se discutan herramientas y procesos muy difícil de conseguir en latinoamerica por lo que son tan caros o tan difíciles de conseguir o robar en la region, muchas companeras, incluyendo okupas y espacios muy precarias logran sintetizar estrógeno de manera segura utilizando los metodos y herramientas mas rudimentarios que se discuten en esta guía y manteniendo el cuarto y los materiales lo mas limpios posible. Asi que no tengas miedo de utilizar los metodos mas simples y sobre todo los mas convenientes que se hacen en esta guía! La prioridad debe ser a confirmar que los quimicos conseguidos, son los correctos, pues hay muchos estafadores por alli.

2) Cultura de Seguridad: Lleva a cabo este trabajo solo con gente que confies, cuidado con la gente privilegiada o que no tenga barrio, que confie en la policia o tenga simpatias con el estado u otros grupos de poder, investiga como protegerte y tus aparatos tecnologicos: (busca, usando un VPN:) anarsec.guide/ no tengas miedo hermana, el objetivo de la represion y de la transfobia es que no hagamos nada y no vivamos nuestras vidas en rebeldia y libertad. Si nos volvemos sumisas y no hacemos nada entonces ya perdimos.

3) No estamos necesariamente de acuerdo con el lenguaje utilizado en toda la guía, sin embargo, intentaremos reproducirla algunas veces mas fiel y aveces menos fiel al texto original dependiendo de lo que sea lo mas claro posible y lo que tenga mas sentido para las personas de Abya Yala. Muchas veces hemos dejado algunos terminos quimicos especificos en ingles al no encontrar una traduccion confiable, para que ustedes puedan buscarlos online. Tambien tomando en cuenta que estas sustancias muy probablemente se vendan en ingles (o en chino).

4) Debemos confesar que somos unas anarcas, okupas, sin mayor conocimiento quimico y el ingles es tambien nuestro segundo idioma y no somos las chicas mas funcionales en la cuadra. Si en algun momento no queda claro algun ingrediente, intentaremos poner un link o apuntar o expandir que tipo de ingrediente o herramienta o introducir una foto. Nuestra traduccion no es perfecta, pero hay varios links para que puedas chequear y asegurarte que los materiales son los correctos. Nuestra traduccion no es perfecta, ninguna de nosotras es traductora o habla ingles como primera lengua. Toma las precauciones y asegurate de que los terminos y las sustancias sean las correctas, si no entiendes bien alguna parte, consulta la guía original con alguna amiga que pueda entender mejor el ingles. Anadidamente, si lograr completar bien el proceso, considera escribir una guía mas simple para las chicas de tu localidad, y si puede hablar portugues, considera traducirla para las companeras de brazil!

5) Hemos decidido traducir la guía mas completa que hemos podido encontrar, de la mujer que sospechamos hizo gran parte de la investigacion autonoma por decadas antes de que se popularizara el uso de hormonas DIY en los espacios transfeministas (a pesar de ello la historia de como se descubrieron, investigaron y se lograron estos procesos de forma autonoma siempre sera un misterio por las precauciones tomadas contra la represion del estado y los grupos transfobicos). Todavia hay muchas chicas que consideran cualquier auto-gestion de nuestros cuerpos como algo peligroso, pero nosotras sabemos que las chicas que vivimos en la pobreza y la revuelta, a veces tenemos que tomar decisiones extremas y hacer nuestra propia investigacion, agitacion y accion. A veces nos hacemos

implantes autonomos, ahora intentamos hacer la produccion hormonal, un proceso mucho mas seguro y simple a la larga.

6) Gran parte de la guia trata de como conseguir los ingredientes en estados unidos, cosa que sera diferente para cada territorio adentro de Abya Yala, por ello, omitiremos algunas partes que no parecen ser relevantes o que podrian causar confusion. Las que hemos incluido a sido mas para que las lectoras puedan ver que material o ingrediente es, a pesar de que este en ingles.

7) Gran parte de la guía son las opiniones de la autora original a quien no conocemos, pero cuyo proceso lo han probado muchas amigas de forma exitosa. Nosotras hemos usado hormonas DIY con este mismo procesos por varios anios y nos ha sentado mucho mejor que las hormonas farmacéuticas, no hemos tenido que gastar plata y hemos podido retomar control y tiempo en nuestras vidas. Sin embargo, reconocemos la tendencia de la autora de exagerar y criticar, así como de alardear un poco mas de la cuenta de sus propios procesos, nos disculpamos, y esperamos que la lectora puede concentrarse en el proceso y en poder reproducirlo.

8) Muchos de estos métodos solo serán posibles para personas primer mundistas, en territorios que reciban ese tipo de envios o gente que tenga capital para llevar a cabo ese tipo de operaciones. Sin embargo tenemos la suerte de que Abya Yala tiene muchas distintas jurisdicciones legales. Tambien podria ser posible comprar el polvo en alguna farmaceutica, fabrica o laboratorio local. De hecho muchxs companerxs lo compran en mexico si mas no nos equivocamos. Los viales, el aceite MCT y el alcohol de benceato tambien posiblemente se podrían comprar en tu país dependiendo de que tan estricta sea la norma. Podrías ir en carro o con una mochila grande a un país vecino, mandar un amigo en carro a cruzar la frontera un par de veces a ver que tanto te revisan y elegir un buen momento o punto de frontera para cruzar. El polvo y los materiales tal vez niquiera sean ilegales en tu país, o tal vez sean legales por su cuenta. Sin duda alguna existe el riesgo, pero entre los riesgos que pueden enfrentar las transfeministas insurrectas, no es el peor de ellos y es muy fácil de mitigar. No tengas miedo de ocultar sustancias y aprende a distinguir un detector de metales, de las maquinas mas complicadas que se utilizan en los aeropuertos (rayos-x o lo que sea).

9) Antes de meterte a cualquiera de estas paginas webs, es importante aprender como utilizar VPNs, dependiendo del gobierno de turno utilizar TAILS, u otros metodos de proteger tu identidad al usar aparatos tecnologicos y entrar al internet. Una muy buena serie de guias (entra utilizando un VPN) para anarquistas y sus amiguitxs se puede encontrar en: Anarsec.guide lamentablemente estan en ingles (pero existen en portugues! Tambien en frances dependiendo de que idiomas hables). Si puedes utilizar tails y aprender a comprar via bitcoin o mejor aun, Monero, una opcion para pagar online de forma completamente anonima si lo haces de forma correcta, mejor aun.

10) Vale la pena decir que en estados unidos lxs companerxs no saben lo que es el problema del VIH y la hepatitis C en nuestras territorias. Recomendamos no reutilizar viales ni cualquier equipo que haya tocado la sangre de otra persona o que haya tocado una aguja o jeringa utilizada por otra persona. NUNCA reutilizar una jeringa o aguja en general, NUNCA insertar una aguja usada a un vial compartido.

Silabo:

- HRT: Hormone replacement therapy / terapia de reemplazo hormonal

- DIY: (haslo tu mismx)
- Gatekeeper (gatekeeper es un termino que hace referencia a quienes deciden quien tiene acceso a los recursos o conociminetos adentro de un grupo de personales radicales, usualmente una critica a las personas que utilizan su capital social para excluir a pesar de hacerse llamar anarquistas)
- Estradiol: Estrogeno / variantes mas relevantes: Estradiol Valerate (EV), Estradiol Enanthate (Een)
- Benzyl Alcohol: alcohol bencilico
- benzyl benzoate / benceato de benzil
- SRS / Gender reassignment surgery / Gender affirming surgery / etc: Operacion de “cambio de sexo”
- Endos: Endocrinologos
- pg/ml: (picogramos por mililitro) / pmol/l: Picomolos por litro
- MtF / MTF / Male to Female: Personas transgenero a quienes se les llama “hombres” al nacer pero que se identifican como mujeres y que transicionan como tal. Mujeres transgenero.
- Anti-Androgens: Anti-androgenos, medicamentos que suprimen la testosterona. La testosterona es un androgeno producido en su mayoria por los testiculos. Conocidos por la comunidad DIY por ser muy ineficientes y daninos para la salud. Ejemplos de anti-androgenos: Spironolactona (peligrosa y largamente ineficiente), acetato de ciproterona (danina, peligrosa y contraproducente).
- Monoterapia: Terapia hormonal en la que no se utilizan anti-androgenos. En vez de ello, se da una dosis mas alta de estrogeno, lo que suprime la produccion de testosterona por los testiculos por su cuenta, sin tener que gastar mas o sufrir los efectos en la salud mental de los anti-androgenos.

Leyenda

En esta guia describo el tratamiento DIY (haslo tu mismx) para el tratamiento hormonal de personas transgenero / transexuales “MTF” hombre-a-mujer: Se tu propio gatekeeper (gatekeeper es un termino que hace referencia a quienes deciden quien tiene acceso a los recursos o conociminetos adentro de un grupo de personales radicales, usualmente una critica a las personas que utilizan su capital social para excluir a pesar de hacerse llamar anarquistas), endocrinologo, farmacista y enfermera. Produce estradiol (estrogeno) inyectable para ti misma. Es mas seguro, mas efectivo, e increiblemente mas barato que tener que depender de los “profesionales de la medicina”.

1. Sin Gatekeepers
2. Se tu propia endocrinologa
3. Produce tu propio estradiol inyectable.
 - 3.1 Comprar polvo de “estradiol enanthate”
 - 3.2 Equipo / Materiales

- 3.2.1 El material necesario
- 3.2.2 El material Opcional
- 3.2.3 El material innecesario
- 3.3 Otros materiales en estado primo y que pueden ser gastados o agotarse en el proceso
 - 3.3.1 Frascos viales, tapones de vial, y tapas.
 - 3.3.2 Aceite
 - 3.3.3 El preservativo
 - 3.3.4 Jeringas para mezclar
- 3.4 Mezclar
- 3.5 Esterilizar
- 3.6 Empezar un nuevo vial
- 3.7 Mantener
- 3.8 Precio Total (en USA)
- 3.9 Legal
- 4. La Inyeccion autonoma
 - 4.1 Jeringas para Inyecciones
 - 4.2 Fobia a las agujas
 - 4.3 Dosis
 - 4.4 Como inyectarse
- 5. “Monitoreo” innecesario
- 6. Mitos y que NO hacer

1. Sin Gatekeepers:

Para atender a una persona trans, los endocrinologos usualmente necesitan o demandan una carta o una referencia oficial por parte de un gatekeeper: Psicoterapeuta, psicólogo, sexologo o Psiquiatra. Esto no se debe a que los endocrinologos se preocupen por tu bienestar, sino porque se preocupan por si mismos: temen que cambies de opinion y les hagas una demanda por dano fisico. No hay un examen medico, de sangre o psicologico que exista que pueda probar o desprobar presencia o ausencia de transexualismo en cada individuo. Las estadisticas no sirven cuando la pregunta es si tu lamentaras o no el transicionar. Asi que los gatekeepers hacen actos de presencia de “exámenes” y te ponen todas las trabas posibles mientras te sacan todo el dinero de tu seguro medico (si es que tienes uno).

Los “profesionales medicos” cometen errores casi de rutina en ambas direcciones: aprueban el tratamiento para personas totalmente indecisas y demoran a lxs transexuales que no lamentaran su decisión.

Si tu obtienes o produces hormonas sin contar con una prescripción medica, no tendras a nadie mas que a ti mismx para culpar, si es que lamentas las consecuencias sociales de tu decisión de transicionar.

2. Se tu propia endocrinologa

Los endocrinólogos suelen tratar a lxs diabetixs y a las personas con problemas de la tiroides. Para esto, los endos (endocrinólogos) prescriben varios exámenes de sangre y ajustan las dosis de los medicamentos para forzar la glucosa en la sangre o el nivel de T4 a un “rango normal”. Los endos, están acostumbrados a utilizar este método, los mantiene ocupados y bien pagados. Solo tienen la meta de maximizar la cantidad de visitas al doctor pagadas por los pacientes o el seguro, pandillas de endocrinólogos estado unidenses escriben guías de como debe tratarse a las personas transgenero: con el mismo método. Todos los números en esas guías y los cuentos de terror que cuentan sobre los efectos secundarios del estrógeno son tonterías.

El rango hormonal “normal” viene de medidas del 90% de las personales saludables: el 5% mas bajo y el 5% mas alto de los resultados son descontados (Nota: Peor aun, los estudios sobre estradiol se hacen con mujeres cis-genero, no mujeres trans). El rango normal de estradiol durante un embarazo puede llegar hasta 40000 pg/ml (picogramos por mililitro) = 147000 pmol/l (picomolos por litro) (ambas de estas son medidas para la concentracion de sustancias adentro de un liquido o una solución).

En un grupo de 86 mujeres embarazadas, el nivel de estradiol llego hasta los 75137 pg/ml = 275753 pmol/l: <http://cebp.aacrjournals.org/content/12/5/452.figures-only>

Las mujeres embarazadas no se caen muertas de tener aquellos altos niveles de estradiol, así que te garantizamos que tu no morirías si tu punto máximo de estrógeno llegase a ser 5000 pg/ml.

Pero la situación es incluso mas nefasta que ello: los números que se escogen en estas guías son intencionalmente los mas bajos para obligar a las personas transgenero a hacer mas visitas al doctor para rogar por mas estradiol.

Los doctores también recitan el mantra en sus evangelios (sus libros) sobre los estrogenos: la mejor dosis es la mas baja y parar tan pronto como sea posible. Nunca hacen la reflexión de que este mantra se escribió debido al miedo de causar un cáncer uterino. Y tu no tienes útero.

Actualmente, el riesgo de cáncer de mama para las mujeres cis-genero en “Norte América” es del 13% por los cientos de ciclos hormonales mensuales. Los doctores piensan que “mientras mas estrógeno, mas riesgo de cáncer de mama”. Pero, estadísticamente, cada embarazo disminuye el riesgo de cáncer de mama a pesar de que durante el embarazo el nivel de estradiol en la sangre incrementa cien veces de su numero original. La explicación para esto parece contradictoria: porque cada embarazo disminuye el numero acumulativo de ciclos menstruales.

Con mas detalle: En una fase del ciclo hormonal el epitelio ductal de las glandulas mamarias prolifera (proliferación es el crecimiento del tejido por división celular), en otra fase llega la apoptosis (reducción del tejido por suicidio celular). Cada división de las células (mitosis) conlleva un riesgo de mutación. Las mutaciones causan cáncer. Antes de que aparecieran los anticonceptivos, el cáncer de mama era una enfermedad de las monjas célibes. Una mujer estaba embarazada, luego daba de mamar por unos cuantos años (un proceso que también suprime las menstruaciones), y luego muy rápidamente, volvía a salir embarazada y así continuamente hasta la muerte o la menopausia. Entonces una mujer tenía pocas menstruaciones durante toda su vida. Si no tienes muchos ciclos mensuales entonces tu riesgo de cáncer de mama es tan bajo como el de un hombre, sin importar que tan alto sea tu nivel de estradiol.

Darle a las MTF bajos niveles de dosis de estrógeno por su cuenta no funciona. Así que los doctores recetan anti-androgenos: Spironolactona (peligrosa y largamente ineficiente) o acetato de ciproterona (danina, peligrosa y contraproducente) o superagonistas de la hormona liberadora de gonadotropina como el Lipron o el Zoladex (increíblemente caro) o bicalutamide (caro, muy pocos endos han escuchado hablar de el, los efectos secundarios listados con la medicina parecen peligrosos pero en realidad no lo son). A los doctores les encanta recetar medicamentos caros porque el costo del mismo medico parece menos alto en comparación. Los mas probable es que te receten spironolactona o acetato de ciproterona, tu doctor es danino para tu salud.

Porque no recetar mas estradiol? Porque hoy en día las pastillas con mayor concentración de estradiol son de 2mg (miligramos). Una pastilla al día según el evangelio (lo que esta escrito en el paquete de las medicinas) no hace nada para las MTF. Ningún doctor recetaría mas de 4 pastillas al día. Las escuelas medicas están metiendo una gran cantidad de información. Los doctores no están acostumbrados a andar excavando números y pensar por su cuenta. Ciegamente creen las opiniones de otros doctores. Ningún doctor logro desenterrar los números y calcular: las píldoras anticonceptivas que se recetan a mas de cien millones de mujeres contienen ethinyl estradiol 0.03 mg/al día lo que afecta el hígado y los coágulos sanguíneos 500 veces mas que el estradiol oral, así que el riesgo de estradiol oral $0.03 \times 500 = 15$ mg/al día es considerado aceptable. Pero el estradiol 15 mg/ al día son 8 pastillas al día – lo que le parece demasiado a los doctores. La aritmética básica les es un estudio ajeno.

Yo soy ingeniera, no le temo a la aritmética. :) y estudio MTF HRT (Hormone replacement therapy / terapia de reemplazo hormonal) a profundidad desde 1989. En Italia ethinyl estradiol 1000 mcg (microgramos) = pastillas de un 1mg están disponibles en el mercado. Se recetan 2 pastillas al día a las MTF. Eso es tan peligroso como estradiol oral $2 \times 500 = 1000$ mg/al dia. Y? Nadie se da cuenta. Yo concluyo que 20 mg/al dia de estradiol oral esta “okay”.

MTF HRT con un estrógeno y sin anti-androgenos es llamada “monoterapia”. Estradiol oral de 20mg/al día (10 mg dos veces al dia) suprime la producción de testosterona por los testículos, completamente, así que los anti-androgenos no son necesarios. En estados unidos, una puede ordenar pastillas de estradiol por correo desde el extranjero, a pesar de ello, sale caro:

<https://www.inhousepharmacy.vu/p-166-estrofem-2mg.aspx>

<https://www.inhousepharmacy.vu/p-2073-estradiol-2mg.aspx>

<https://www.inhousepharmacy.vu/p-1866-estrofem-tablets-2mg.asp>

<https://www.inhousepharmacy.vu/p-112680811-estradiol-tablets-2mg-epic-pharma-usa.aspx>

Solo el 5% del estradiol que una toma por via oral llega a la sangre. Sublingualmente (bajo la lengua) o subbocalmente (entre el labio y las encias) dan mejor absorción, pero yo no creo que en mas de 1.5 veces, pueda causar cambios radicales de humor y se convierta rápidamente en algo inconveniente. Los parches transdermicos y los gels con estradiol son incluso mas caros que las pastillas. Otra forma de recibir estradiol es con inyecciones, 100% tasa de absorcion. Si la solución esta concentrada, entonces puedes usar jeringas de insulina. Estradiol valerate (Valerato de estradiol / EV) 40 mg/ml 0.18ml cada 5 dias o Estradiol Enanthate (Enantato de estradiol / EEn) 50 mg/ml 0.22ml semanales son tan efectivos como el estradiol oral 20 mg/al dia, pero es mas barato. EV inyectable hecho en fabrica, esta disponible sin receta medica (en estados unidos) (<https://www.inhousepharmacy.vu/p-99900888-ar-estradiol-valerate-40mgml.aspx>) (a pesar de ello, suelen estar agotados, la “expected date”, la fecha en que se supone que volveran a estar en abasto, es falsa: solo la incrementan). Yo produzco estradiol 15 veces mas barato que ese, y hago EEn efectivo para inyecciones cada 7 o 10 dias. <http://lena.kiev.ua/EV/> Mas abajo explico como tu puedes producir estradiol inyectable para ti misma.

Si tuvieses calvicie de patron masculino, entonces agrega finasterida 0.05 – 0.1 mg (1/100 - 1/50 de una pastilla de 5mg) una vez al día. Disponible en InHousePharmacy o AllDayChemist o DragonOrdnance o de mi como aniadido al EV o EEn listo para inyectarse. No tomes dutasterida pues tiene efectos en la salud mental (tambien la dutasterida se acumula en la sangre y da efectos secundarios luego de meses de dejar de tomarla). Finasterida es necesaria a pesar de la supresión completa de la producción de testosterona por los testículos a través del estradiol inyectable y /o la eliminación quirúrgica de los testículos por la produccion de DHEA (dehidroepiandrosterona) por los adrenales. La finasterida bloquea la (DHEA) → T → DHT la conversión adentro de las células del folio piloso que no aparece en los exámenes de sangre.

Recomiendo a toda el mundo (no solo las personas MTF) a tomar suplementos de vitaminas y minerales continuamente, todo el anio.

Verdaderamente todo es muy simple, una vez que nos deshacemos de esos temas “psicológicos” o “rangos deseados” y aprendemos todos los detalles, que efectos secundarios son reales y cuales no.

Porque escojo esta dosis y argumento por la **monoterapia**: con ella puedo estar segura que es suficiente para cualquier MtF sin necesidad de exámenes sanguíneos. Diferentes personas utilizando la misma dosis muestran niveles de estradiol en la sangre que pueden diferir en hasta 10 veces. La sensibilidad de distintas personas para el mismo nivel de dosis de la misma hormona cambia a veces. Sensibilidad es tan importante como los niveles. No existe un examen para calcular la sensibilidad. En estados unidos un examen de sangre sin la referencia de un medico cuesta 79 dolares (1 2a+2b 3 4) y no esta disponible en todas partes. En el Reino Unido 41 libras esterlinas o 89 libras esterlinas. En Australia 69 dolares australianos. En cada 200 (1+2). En Paises Bajos 55 euros. En Alemania 47 euros. En suecia 90Kronner (1+2). En muchos países, solo esta disponible el examen con la referencia de un medico, y los doctores se rehúsan a recetar exámenes para medicinas que ellos no recetan. Los inyectables DIY sin examen de sangre son mas baratos que una dosis baja con varios exámenes sanguíneos. Y no pierdes el tiempo averiguando cual es la dosis mas baja posible.

Yo no creo que empezando de la dosis mas baja de estradiol posible (posible de forma segura solo anadiendo bicalutamida) se den mejores resultados. A los doctores les encanta empezar con dosis bajas y muchos exámenes sanguíneos porque esto los mantiene ocupados y bien pagados. Así que dicen que es mejor. Los doctores en otros países andan repitiendo aquello. Pero no existe evidencia de esto. La gente solo repite lo que dicen estos médicos.

En corto: En cuanto a MtF HRT, los médicos no saben que es mejor.

3. Produce tu propio estradiol inyectable

(Nota: Sobre la legalidad en Estados Unidos, en teoría no es un delito hacer estrógeno para ti misma, pero distribuirlo o venderlo se convierte en un delito grave, no queremos asumir la intención de la autora, ni le conocemos, ni tenemos relación alguna con ella. Estamos traduciendo su texto pero no compartimos todas sus opiniones, sin embargo reconocemos su contribución a la autonomía de nuestras hermanxs trans. Nosotrxs argumentamos que si deseas producir estrógeno, no lo vendas, a no ser para cubrir el costo! Y distribuyelo a todxs lxs companerxs que puedas!)

Si eres diligente y prestas atención, puedes hacer tu propio estradiol inyectable (para ti sola) de la forma en que voy a describir mas abajo (la versión corta: mide bien el peso, cierra la tapa, agitar y hervir en una olla). Si te da miedo o simplemente no estas segura, entonces puedes comprar viales listos para usar

3.1 Comprar Polvo de estradiol enanthate

No Compres estradiol valerate (EV) porque es inferior: requiere inyecciones cada 5 días y una concentración mas baja (mas aceita para inyectar) o agregar un solvente (benzyl benzoate / benceato de benzil) lo que cuesta dinero y a veces causa alergias. Tanto el estradiol valerate como el estradiol enanthate se convierten en el mismo estradiol en la sangre, el bazo y los ganglios linfaticos (en los leukocitos: por carboxilesterasa 1 en monocitos y macrofagos y carboxilesterasa 2 en celulas plasma). El estradiol enanthate es absorbido por la sangre de forma mas lenta, eso le da un nivel de estradiol en la sangre mas estable y permite que haya mas tiempo entre inyecciones.

La mayoría de las sustancias utilizadas por los productores farmacéuticos de occidente vienen de fabricas de quimicos en la China. Hay vendedores en la china vendiendo las mismas sustancias a cualquier persona (individuos privados también), sin tener que hacer pregunta alguna. La testosterona es una sustancia controlada, el estradiol no. Estos vendedores no son productores de polvo de estradiol, solo revendedores / intermediarios. Nunca sabrás quien fue el productor original).

Si estas en estados unidos, puedes comprar Polvo Een (estradiol enanthate) aquí:

(<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=230724155043537>) (50 dolares por 10g o 100 dolares por 20g + 20 dolares de envio) si no esta “deshabilitado en el carrito de compras (lo que tal vez signifique, temporalmente fuera de abasto).

De lo contrario hay dos vendedores distintos (ambos envian desde la China), en un solo carrito: un vendedor: Polvo Een (5-20g) (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=220731224635688>), alcohol bencilico (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=201707182030041>) (orden minima 100ml), Aceite MCT (100ml) (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=180302165726618>). Otro vendedor (intenta usar el cupon de descuento: TransDIY): Polvo Een (5-20g) (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=08101305637>), alcohol bencilo / de bencilo (bensyl alcohol) (100ml) (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=11224739544>), aceite MCT (100ml) (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=11524742447>).

Escoge el pais de envio (si no esta en la lista, entonces escoge “other countries” y escribe el nombre de tu pais en el campo de estado / provincia), compara el total de los precios incluyendo el envío. “Stealth shipping” significa que podría ser que se te envíe un producto (legal) en la caja del envío para ocultar la bolsa oculta de polvo Een que estará escondida en el mismo paquete (probablemente adentro del producto, por ejemplo la bolsa oculta adentro de un peluche o bajo la suela de un zapato), así que si lo seleccionas, no vayas a botar nada que venga adentro del paquete. Las descripciones en la parcela y en la bolsa adentro del paquete solo son mentiras para despistar a los agentes de aduanas.

Como distinguir los líquidos: el alcohol de bencilo (alcohol bencilico / bensyl alcohol) tiene un olor como de fruta, el aceite MCT no tiene olor alguno. Si nunca has utilizado cryptomonedas, entonces puedes comprar LTC (litecoin) o BTC (bitcoin) directamente a la dirección de la billetera del vendedor utilizando por ejemplo Paybis (o si estas en estados unidos, entonces puedes usar CashApp, tal vez no paypal) (Nota: Asumimos que los métodos de pago serán diferentes para diferentes regiones de Abya Yala, basta decir, entonces una manera de pagar, lo mas anónimamente posible, basándonos en los servicios online para transferir dinero o los servicios bancarios que hagan menos preguntas, una buena forma de buscar son los bancos que les permiten abrir cuentas a los extranjeros con muy pocos documentos). O puedes pagar con una tarjeta o una transferencia bancaria local a través de transfer wise (pero tiene mas costo).

Si le tienes miedo a las agujas y cuentas con mas dinero, entonces puedes comprar 10 o 20 g de estradiol undecylate (dura mas, 3 a 4 semanas) CAS 3571-53-7 de DragonOrdnance o PurplePanda o hbldbitech o hhd-pharm. Yo compre 1kg de EV (estradiol valerate) de hbldbitech y un 1kg de Een de Aoksbio, y salio muy bien. Pero muy pocos de los muchos que compran 10-20g de een de ellos salen dissatisfechos: parcelas perdidos, rechazados por aduanas, resulta que no es Een en lo absoluto (se disuelve en el agua o no se disuelve en aceite MCT). Si la pagina web, redirige a la pagina original del vendedor entonces utiliza un VPN o proxy, por ejemplo, una extension de browser gratis (browsec), escoges un pais en la lista de paises gratis como paises bajos. Allí encontraras otros vendedores, pero es una apuesta: algunos vendedores mandan cualquier polvo blanco (algo que no es una hormona). No utilices un vendedor deshonesto como “Vanz” (su otro nombre de compania es Wuhan Yiruo) y spammers “faithful”, “luoxing”, “jiangsu Aimi”, “jiangsu Kaihuida”, “hebei mingyi”, “xian Shunyi”, “Shanxi Lianxu”, “shandong Xishun”, “shandong zhishang”, “Jinan future chemical”, “guangzhou

Lingyue”, “zhejiang aiyi”, “jinlan pharm” /royalpharms. En otros lados he visto malos reviews de “Wisn”. No utilices vendedores que tengan propaganda para fisicoculturistas, no quieres acabar recibiendo testosterona en vez de estradiol. “Gzbiocar” me parece muy sospechosa. Vendedores en “made-in-china” utilizan sobrenombres o alias que suenan europeos, lo mismo en Alibaba. Solo veras un nombre chino de verdad si pagas via Western Union. Las paginas de los vendedores están llenas de errores y mentiras, incluyendo fotos de fabricas de sustancias (fabrican muy pocas sustancias si es que las fabrican pero venden cientos de ellas), números, precios y “orden minima” (MOQ). Registro: escribe zeros en vez de un numero telefónico y “private person” en vez del nombre de empresa (company name) y **luego** utiliza el link “Get latest price” (obtener el precio mas reciente) (si es que quieres Eén), diles que tu requerimiento “Estradiol enanthate (estradiol heptanoate) CAS 4956-37-0, prefiero polvo con tamaño largo de particula (no micronizada)” [Requirement: “Estradiol enanthate (estradiol heptanoate) CAS 4956-37-0, I prefer powder with large particle size (not micronized)”] y pide el precio por 20g con el envío mas barato. Si el vendedor responde con precio “FOB” eso significa que ese precio no incluye el envío, pregunta otra vez por la taza de envío mas barata. No pidas un CoA (certificado de analysis) pues seria falso.

En realidad, recibirás algo como mejor que 98% de pureza según USP y estándares similares para los farmacéuticos para consumo humano. No existe polvo de estradiol con peor pureza que esa (los productores de farmaceuticas veterinarias reciben el mismo rango de pureza). Mejor pureza (“estandard de referencia” / “reference standard”) es utilizada solo para la calibración del equipo de medición y costos por ejemplo 353 euros por 100mg. El envío mas barato también da menos chances de problemas con aduanas. La compania de envío que utilizan sabe como mentir en su declaración de aduanas; tal vez también encuentres papeles para alguna sustancia benigna como Vitamina C – también para burlar a aduanas. **Ignora ofertas o pedidos de comunicarse contigo via Whatsapp o cualquier otro tipo de mensajes (y nunca les des tu numero de telefono o cualquier informacion que te identifique), no respondas emails, responde unicamente al vendedor directamente via <https://membercenter.made-in-china.com/message/index.html>.**

Los vendedores ofrecen varias opciones de pago, algunos vendedores reciben pago via Alibaba (lo que te permite pagar con tarjeta y tiene una tarifa del 3%). “Aoksbio” acepta western union, bitcoin, SWIFT (transferencia bancaria), mismo precio total por 10 y 20g, asi que ordena 20g. Si pagas con una transferencia bancaria entonces “Aoksbio” tal vez te pida tu numero de identidad con el mismo nombre que tu cuenta bancaria (ningún otro tipo de pago requerirá un documento de identidad). Si es western union, entonces le dices a “Aoksbio” el numero de 10digitos que te western union y el nombre para el envío que le hayas dado a western union.

(Volviendo al punto anterior): Si el vendedor ignora tu pedido anterior de polvo de larga partícula, y te manda polvo micronizado, entonces igual sirve, pero es un poco mas difícil trabajar con este polvo porque se pega a cualquier superficie.

Si quieres te puedes unir a este grupo <https://groups.io/g/MTFHRT/join>) [MTFHRT] (vas a tener que “confirmar” tu email con el link que te manden y mandar un email con una introducción sobre quien tu eres a los admins) y escribe los precios y tus experiencias en detalle (Nota: pero obviamente no incluyas ningún detalle que te pueda identificar y utiliza emails que no estén asociados a tu identidad legal) o has preguntas! (Nota: para que te puedan ayudar o podamos todxs aprender colectivamente).

Nota: Muchos de estos métodos solo serán posibles para personas primer mundistas, en territorios que reciban ese tipo de envíos o gente que tenga capital para llevar a cabo ese tipo de operaciones. Sin embargo tenemos la suerte de que Abya Yala tiene muchas distintas jurisdicciones legales. También podría ser posible comprar el polvo en alguna farmaceutica, fabrica o laboratorio local. De hecho muchxs compañerxs lo compran en Mexico si mas no nos equivocamos. Los viales, el aceite MCT y el alcohol de benceato también posiblemente se podrían comprar en tu país dependiendo de que tan estricta sea la norma. Podrías ir en carro o con una mochila grande a un país vecino, mandar un amigo en carro a cruzar la frontera un par de veces a ver que tanto te revisan y elegir un buen momento o punto de frontera para cruzar. El polvo y los materiales tal vez niquiera sean ilegales en tu país, o tal vez sean legales por su cuenta. Sin duda alguna existe el riesgo, pero entre los riesgos que pueden enfrentar las transfeministas insurrectas, no es el peor de ellos y es muy fácil de mitigar. No tengas miedo de ocultar sustancias y aprende a distinguir un detector de metales, de las máquinas más complicadas que se utilizan en los aeropuertos (rayos-x o lo que sea).

Nota 2: Antes de meterte a cualquiera de estas páginas webs, es importante aprender como utilizar VPNs, dependiendo del gobierno de turno utilizar TAILS, u otros métodos de proteger tu identidad al usar aparatos tecnológicos y entrar al internet. Una muy buena serie de guías (entra utilizando un VPN) para anarquistas y sus amiguitxs se puede encontrar en: Anarsec.guide lamentablemente están en inglés (pero existen en portugués! También en francés dependiendo de que idiomas hables). Si puedes utilizar tails y aprender a comprar vía bitcoin o mejor aun, Monero, una opción para pagar online de forma completamente anónima si lo haces de forma correcta, mejor aun.

3.2 Equipo

3.2.1 Necesario

El único equipo necesario es una balanza barata y pequeña (7 a 15 dólares) 0.001g (1mg) (o balanzas DIY que puedes hacer tu mismx con un pedazo largo y flaco de madera, 2 clavos y 2 jeringas, una de ellas con 0.5ml de agua como referencia del peso).

Si compras balanzas listas para usar, entonces deben tener un límite máximo de 10-50g (no más), por ejemplo, buscar algo como esto:

<https://www.amazon.com/dp/B0CHWGJYVW/>

<https://www.ebay.com/itm/395490215457>

<https://www.aliexpress.com/item/948604321.html>

Modelos con un límite mayor a 50g no son las indicadas para estas operaciones pues aparentarán ser más precisas y estables, ignorando los cambios de peso más pequeños.



Intenta buscar otros vendedores (Nota: Como esto es de estados unidos, se van a los links online, pero probablemente tengas mucha mas suerte yendo a cualquier mercado donde se pueda comprar equipos medicos en tu pais. Existen sin duda alguna, un buen lugar donde preguntar seria a ONG's pequenas o grupos autonomos que ofrezcan apoyo medico, ellos sabrán a donde ir y de seguro seria mucho mas barato que cualquiera de estas opciones)

[https://www.ebay.com/sch/i.html?](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=scale+0.001& sacat=0& blrs=recall filtering&LH BIN=1& sop=15& ipg=120& oac=1)

[_nkw=scale+0.001& sacat=0& blrs=recall filtering&LH BIN=1& sop=15& ipg=120& oac=1](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=scale+0.001& sacat=0& blrs=recall filtering&LH BIN=1& sop=15& ipg=120& oac=1)

[https://www.ebay.com/sch/i.html?](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=scale+digital+diamond& sacat=0&LH BIN=1& sop=15& blrs=recall filtering& ipg=120& oac=1)

[_nkw=scale+digital+diamond& sacat=0&LH BIN=1& sop=15& blrs=recall filtering& ipg=120& oac=1](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=scale+digital+diamond& sacat=0&LH BIN=1& sop=15& blrs=recall filtering& ipg=120& oac=1)

<https://www.aliexpress.com/wholesale?SearchText=scale+0.001+diamond>

<https://www.amazon.com/s?k=0.001g+scale&s=price-asc-rank>

<https://www.amazon.com/s?k=0.001g+powder+reloading&s=price-asc-rank>

Si las balanzas tienen espacio para 4 pilas (baterías) entonces inserta solo 2 en cualquiera de los dos lados (Nota; no estamos seguros de porque, si funciona o si seria necesario este punto?)

Si quieres envios rapidos de balanzas de 0.001 g adentro de mexico este es un buen link

<https://articulo.mercadolibre.com.mx/MLM-551831333-bascula-digital-0001gr-x-10g-0001-x-10-gramos-miligramos- JM> si en alguno de los articulos similares encuentras en las resenias de que estas

basculas o balanzas se utilizaron exitosamente para “reloading” (recargar) (significa medir el peso de la polvora para la produccion autonoma de municion para armas de fuego) entonces el modelo es mas que perfecto.

Si ya tienes balanzas de 0.01 g (no 0.1g) entonces utilízalas no mas: precisión 2% es suficiente si produces inyectable solo para ti misma.

3.2.2 Opcional

Los viales están diseñados para ser sellados con tapones de goma y tapas de aluminio utilizando una herramienta (crimper / herramienta de crimpar, 36 dolares). Pero puedes crimpar una tapa sin la herramienta: a mano utilizando un pedazo de metal como el extremo de donde se sujeta una cuchara.

Puedes comprar un autoclave

(amazon.com/EustomA-Autoclave-temperature-pressure-equipment/dp/B09CPSFMXZ) de 129 grados celcius por 170 dolares, pero no es necesario si es que haces viales solo para ti. 121 grados celcius se considera la temperatura deseable para rehusar jeringas obsoletas que han tenido la sangre reciente de otro paciente porque la hepatitis B puedes sobrevivir a 100 grados celcius por 2 minutos (pero no 5 minutos) si esta en la sangre. Tu no estas lidiando con sangre fresca, asi que 100 grados celcius (hirviendo en agua en una olla) por 30 minutos es suficiente.

(Nota: Vale la pena decir que en estados unidos lxs companerxs no saben lo que es el problema del VIH y la hepatitis C en nuestras territorias. Recomendamos no reutilizar viales ni cualquier

equipo que haya tocado la sangre de otra persona, y NUNCA reutilizar una jeringa o aguja, NUNCA insertar una aguja usada a un vial compartido).

Utilizo un autoclave solo para la paz mental de mis clientes. Al inicio, vendia kits con polvo EV, solvente, preservativo e instrucciones de como mezclarlo y esterilizarlo en una olla, mucha gente incluida yo misma esterilizamos a 100 grados celcios, nunca un problema. Si vives en altura, entonces probablemente tengas una olla a presión (nota: Otra vez nos disculpamos del privilegio y la forma de asumir de la autora original). No estoy a favor de usar esterilizadores que usen calor seco u hornos porque la temperatura es muy despareja: demasiadas cosas pueden hacer reventar un vial, estar a mas de 135 grados celcios le hara danio al estradiol.

Un “Bead sterilizer” no es apropiado. En USA puedes comprar una olla a presion de 15 PSI por 76 dolares, en reino unido a 40 libras esterlinas, en la union europea 50 euros, en otros paises una olla a presion de 15 PSI = 100 kPa es mas dificil de encontrar: la mayoría de vendedores no muestra la presión en sus anuncios porque suele ser menor, así que la temperatura seria mejor a 121 grados celcios. Un articulo de Lab Protocols, dice que una olla instantánea “electric multi-cooker” con función de cocinar a presión (presión 70kPa, temperatura 115 grados celcios, 70 dolares) fue utilizada para esterilizar pruebas de bombillas con esporas resistentes al calor, conclusión: “Ollas a presión de los supermecados, pueden ser (si es el modelo indicado) apropiadas para sustituir el uso de autoclaves comerciales”.

Hace anios, fisicoculturistas DIY estadounidenses, extrajeron trenbolona (un anabolico) de granulos subcutaneos de ganado. El trenbolone, cambia de color y probablemente se descompone parcialmente cuando es calentado. Así que, para la esterilización utilizaron un filtrado en vez de calentado. Cuando las companias chinas empezaron a vender anabolicos y polvo de testosterona a cualquier persona, los fisicoculturistas continuaron utilizando un filtrado para esterilizar a pesar de que la testosterona (al igual que el estradiol) sobrevive ser calentada hasta 275 grados fahrenheit = 135 grados celcios (pero no mas que esto) sin la “desactivación” de la hormona que temen los fisicoculturistas. El calentamiento de terminal (de soluciones ya mezcladas en viales ya sellados), se volvió demasiado taboo para ellos a pesar de que el filtrado no es una forma de esterilización en la que puedas confiar: bacterias pequenas, esporas de hongos, virus pueden penetrar filtros de 0.2 μm .

Por suerte, soluciones de esteroides esters en aceites con BA, BB no son nutritivos para las bacterias: no hay agua; tres elementos quimicos C, H, O no son suficientes para el crecimiento bacterial. Puedo entender que se filtre para infusiones intravenosas libros por dia (en una UCI) pero para inyecciones subcutaneas 1ml/al mes filtrado no tiene sentido. Esterilización por calentamiento en terminal es mas confiable y mas fácil que los procedimiento asepticos.

Hubieron muchas quejas de que algunos viales sellados de EV hechos por fabricas farmaceuticas en la India son falsos. No creo que sean a propósito falsos, pero solo tecnologos y administradores incompetentes: mezclaron en un tanque en un cuarto con aire-acondicionado frio (para limitar bacterias) sin solvente por tiempo insuficiente, entonces polvo sin disolver se pego al filtro. Si tienes paranoia e insistes en seguir la técnica del filtrado, entonces espera varios dias hasta que cada pequena celula de polvo termine de disolverse en el vial, entonces usa un PTFE o PVDF 0.22 μm filtro de jeringa. (no hidrofílica, mejor 25 o 33mm), a 10ml Jeringa Luer Lock (Luer Lock Syringe) y

opcionalmente un aparato de filtrado hecho en casa (de forma autónoma), yo hice el mio (para los compradores paranoicos, y no filtro lo que inyector en mi propia persona) de 4 torres de libros, un pedazo de madera / MDF con un hueco para la jeringa, una tabla de madera ancha, una botella de agua de plastico de 6L (1.5 gallones) como contra peso, la tabla ligeramente volteada y acostada en una pared para darle estabilidad. Y de todos modos, esteriliza el vial sellado que usaste para filtrar a 100-130 grados celcius LUEGO de filtrar.

3.2.3 Innecesario

Innecesario: beaker, mezclador, un cuarto que no tenga corriente de aire o que lo controle, despirogenacion. Mi tecnologia: esterilizacion por calor en terminal (luego de que los viales esten sellados); medir y mezclar cada vial por separado, para no tener que lavar ningun vial o vidrio con agua y que no acumulen polvo (rastros de piel o acaros) y nunca lavado. Agua – bacteria – pirogenos. Los polvos hormonales no se venden ya esterilizados, asi que cualquier lavado / esterilizacion antes de la esterilizacion por calor de terminal no tiene sentido. No intentes cambiar o mejorar esta tecnología: te protege de potenciales errores y problemas que no puedas o no hayas anticipado.

3.3 Otros materiales en estado primo y que pueden ser gastados o agotarse en el proceso

3.3.1 Viales, tapones de goma, y tapas

Compra 10 viales de vidrio transparente 10ml cada uno con 20mm gris o rojo (butil rubber / caucho butilico, no translucido silicona), tapones y capas de aluminio. Las tapas pueden ser de aluminio puro o pintado, con tops de plastico o completamente de metal. Las tapas que se enroscan y todo tipo de tapas de plastico no son apropiadas. Los tapones deben tener esta forma:

<https://www.aliexpress.com/item/33024594919.html> (el tapon gris)

<https://www.ebay.com/itm/155864019917>

“Flat septa” / septas planas no son lo suficientemente seguras. Busca:

[https://www.ebay.com/sch/i.html?](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=vial+10ml+stopper+cap&_sacat=0&LH_TitleDesc=0&LH_BIN=1&_sop=15&_oac=1)

[_nkw=vial+10ml+stopper+cap&_sacat=0&LH_TitleDesc=0&LH_BIN=1&_sop=15&_oac=1](https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=vial+10ml+stopper+cap&_sacat=0&LH_TitleDesc=0&LH_BIN=1&_sop=15&_oac=1)

<https://www.aliexpress.com/wholesale?SearchText=vial+10ml+stopper+cap>



Cuando le quites la parte central a la tapa, el resto de la tapa debe quedar en su lugar para aguantar el tapon de goma en su sitio. Las tapas no deben tener puntos débiles a un lado donde se puedan salir (esto es importante para que el tapon se quede en su sitio y no entren contaminantes al estradiol).



(Nota: Hemos obviado los hipervinculos a donde comprar tapones y viales en estados unidos y en la union europea porque no son materiales ilegales o difíciles de conseguir adentro de un marco legal y los vínculos no son relevantes a como conseguirlos).

3.3.2 Aceite

Aceite MCT (liquido, no polvo, no en capsulas, sin sabor anadido) hecho de una mezcla de C8 (caprilico) y C10 (caprico) acido graso (no solo C8) – la botella mas barata que puedas encontrar, en una tienda de nutrición deportiva u ordenándolo por correo, pero no la marca “Dr.Adorable” y no debe contener la palabra “fraccionado” (“fractioned”) en la descripción. Aceite MCT hecho de aceite de coco es muy improbable a causar una alergia, pero hecho de aceite de palma o “derivado de palma” mucho menos probable. Es el único ingrediente con una fecha de caducidad mas o menos limitada: mas o menos 5 años, se dice, sin embargo las botellas suelen estar marcadas con una fecha de caducidad de 2 años. Usaras 10ml por año (consumo personal). En estados unidos, puedes pedir por correo una botella 2 oz (onzas / 60ml) en Ebay por 6 dolares incluido el envio. Checkea los precios también en Amazon. En las tiendas locales la botella mas pequena puede ser de 400ml, mas o menos 13 dolares. El aceite MCT se vende como suplemento de comida que debe ser tomado a 15ml/al día, por via oral es rápidamente absorbido. Tu te inyectaras 500 veces menos esta medida, así que cualquier pureza esta bien (es la misma taza de pureza, a pesar de lo que digan algunos vendedores deshonestos).

3.3.3 Preservativo

Si puedes, agrega un preservativo (antibacterial): alcohol bencilico. Usaras 8ml en 30 años (consumo personal). Si compras polvo Ee de Dragon Ordnance entonces también compra alcohol bencilico y aceite MCT, allí en la misma orden, eso probablemente sea mas barato. Sino, mas barato en eBay. También busca companias vendiendo ingredientes para perfumes, cosmeticos, jabones artesanales.

Asegurate que cada vez que saques estradiol del vial, lo hagas con una jeringa y aguja sin usar

(Nota: Varios companerxs incluyendo las traductoras hemos utilizado el estrógeno DIY sin preservativo, es mejor usarlo, pero funciona y no nos hizo dano!) Yo me inyecto estradiol enanthate en aceite MCT sin preservativo a causa de mi alergia.

3.3.4 Jeringas para mezclar

Mide aceite MCT con una jeringa de 10ml (o 5ml). Si puedes encontrar una jeringa de plastico puro sin goma (usualmente de color negro) al final del desastacador interno, esa jeringa te servira para siempre. De lo contrario tendras que usar una nueva jeringa descartable cada vez que produzcas unos cuantos viales (hasta 5 años cada vez) porque el aceite muy lentamente dania la goma. Sin embargo, cabe decir que los tapones de los viales estan hechos de goma resistente al aceite.

Si agregas un preservativo entonces usas una de las jeringas que compraste para las inyecciones (ver mas abajo) para medir 0.2 ml.

Nota: Esta es la jeringa para mezclar, que nunca deberia ser la que se utiliza para inyectar

3.4 Mezclar

(ver mas abajo una forma alternativa para mezclar sin utilizar un embudo)

Has un pequenio embudo con un pedazo de papel aluminio (mientras mas grueso, mejor, lado brillante hacia el interior), sostenlo doblado con un pequenio pedazo de cinta adhesiva. Si solo tienes papel aluminio delgado, entonces refuerzalo con cinta adhesiva gruesa del lado exterior (o de lo contrario, remueve la envoltura y pintura exterior de una lata de cerveza o gaseosa hecha de aluminio, con alguna substancia como la que se utiliza para limpiar la pintura de las unias, luego corta bien la lata con un par de tijeras fuertes). Tal vez utiliza algún objeto de forma cónica para envolver el aluminio a su alrededor antes de cortar las partes del aluminio que pienses innecesarias. El hueco en el lado puntiagudo del embudo debe ser tan solo un poco mas pequenio que la apertura del vial. Utiliza este embudo para pesar el polvo de estradiol enanthate y para ponerlo en el vial.

O para un embudo mas duro y conveniente, puedes pedir uno por correo online, una hoja de cobre o laton 100x100 o 100x500 mm, ancho 0.04mm (cobre) o 0.02mm (laton).



El app de Aliexpress es mas conveniente que la pagina web para buscar alternativas
(aliexpress.com/w/wholesale-copper-foil-sheet.html?sortType=price_asc)

Corta un rincon (**visto en el centro para abajo de la imagen aqui debajo**) de un cuadrado de 100x100mm, enrollalo para hacerlo un cono (la parte cortada hacia adentro), sostenlo con un pedazo de cinta adhesiva: **(FOTO)**



Dos recetas que puedo recomendar :

1) 500mg = 0.5 g de estradio enanthate (densidad 1.1g/cm³),

Alcohol bencilico (bensyl alcohol) (preservativo – antibacterial) 0.2 ml,

Aceite MCT 10-0.2-0.5/1.1 = 9.35ml.

2) 0.5 g de estradiol enanthate,

Aceite MCT 10-0.5/1.1 = 9.55 ml. Esta receta es solo para las personas que hayan probado la receta numero 1 y hayan tenido una reacción alergica al alcohol bencilico (bensyl alcohol).

Si vez que esta cantidad de la mezcla no entra completamente en la parte ancha del vial y llega hasta la parte mas flaca (el cuello del vial) entonces estos viales chinos son demasiado pequenos, luego de disolverlo completamente, utiliza una jeringa para insulina **(que nunca hayas utilizado)** y descarta 1ml de la solución, y has tus siguientes viales con 8ml, recetas:

1) 0.4 g de estradiol enanthate,

alcohol bencilico 0.16ml,

Aceite MCT 8-0.16-0.4/1.1= 7.5ml;

2) 0.4 g de estradiol enanthate,

MCT oil $8-0.4/1.1 = 7.65$ ml.

Sientate de forma cómoda en tu mesa, pon las balanzas en el centro de un papel limpio (en orientación horizontal: ancho mas que altura). Pon el embudo en el circulo de la balanza (la superficie para pesar), la parte puntiaguda a tu izquierda. Prende la balanza, espera a que muestre 0.000

Toma el polvo de estradiol enanthate de la bolsa con la punta de un pequenio cuchillo, dejalo caer adentro del embudo sobre el centro del circulo de la balanza, hasta que la balanza muestre un numero entre 0.501 y 0.503. Si pusiste demasiado, toma el exceso de polvo fuera del embudo con la punta del cuchillo. No te preocupes si un poquito de polvo se cae de la punta del cuchillo, para eso esta el papel debajo de la balanza que lo agarra si se cae.

Toma un vial vacío con los dedos de tu mano izquierda, pon el hueco del vial en la punta del embudo. Ligeramente presiona el embudo hacia el vial con el dedo indice izquierdo (esta es la parte mas delicada: debes asegurarte que la punta del embudo no se deslice fuera del vial y haga derramar el polvo, pero debes presionar de manera muy ligera para no doblar o deformar el embudo (que recuerda, esta hecho de papel aluminio, es delicado)).

Cuidadosamente voltea el vial con el embudo para que estén parados (porque originalmente se encuentran en posición horizontal sobre la balanza) sobre la hoja de papel utilizando el dedo indice izquierdo para asegurarse que la punta del embudo permanezca adentro del vial. Toma un lapicero de plástico o un lápiz de madera con la mano derecha, golpea muy ligeramente el vial que sostienes en la mano izquierda para hacer temblar el embudo hasta que caiga todo el polvo del embudo al vial.

Si se cae un poco del polvo, utiliza la punta del cuchillo para volver a introducirlo a la bolsa original donde tenias el polvo.

Una manera alternativa de hacerlo sin embudo:

Toma un rollo de papel aluminio cualquiera (cualquier grosor), con tijeras, corta un cuadrado de 5cm de un lado. Toca solo los rincones del cuadrado (porque el polvo se puede pegar en las huellas dactilares). El cuadrado debe estar totalmente plano, limpio, sin arrugas. Pon el cuadrado en la balanza, prende la balanza. Toma el polvo de estradiol enanthate de la bolsa con la punta de un cuchillo, pon el polvo en el cuadrado hasta que llegue a cualquier numero entre 0.501 y 0.503. Si pusiste demasiado polvo, toma el exceso con la punta del cuchillo. Pon un vial vacío en la hoja de papel. Pon dos dedos en los centros de los lados opuestos del cuadrado, dobla el cuadrado hasta que ambos lados estén juntos. Entonces aprieta ambos extremos juntos con los dedos de la mano derecha, toma el cuadrado con el polvo fuera de la balanza. Deja caer el polvo del cuadrado al vial. Cuando vayas a llenar otro vial, utiliza un nuevo cuadrado.

Ahora puedes sacar 0.2 ml de alcohol bencilico con una jeringa, ponlo en el vial sobre el polvo y observa mientras el polvo absorbe un poco y se disuelve parcialmente.

Mide el aceite MCT con una jeringa e introducelo en el vial.

Cierra el vial con el tapon de goma, pon la tapa sobre el tapón. Presionando la tapa contra el vial, voltea el vial cabeza abajo sobre un libro. Presionando el vial contra el libro, dobla los extremos de la tapa

varias veces (8 o 10) con el mango de una cuchara para que la tapa sostenga el tapón en su sitio (se doble a su alrededor). No presiones demasiado fuerte porque puedes dañar el vidrio.

Sosteniendo el vial con dos dedos en los extremos de la tapa y la parte baja, agita el vial fuertemente durante un minuto entero (es un largo tiempo).

El primer vial y confirmar la pureza de los ingredientes: Espera varios días, agita el primer vial varias veces cada día. Mientras mas calor haga en el cuarto, lo mas rápido que se disolverá. Si el polvo se disuelve completamente a una solución clara, entonces te vendieron los ingredientes correctos y tiene el rango suficiente de pureza. Para los siguientes viales, no hace falta esperar.

Otra manera de asegurarte que de verdad te dieron estradiol enanthate es chequear el punto de fusión (melting point) del polvo: Puede estar entre 94 y 114 grados celcios. Una manera mas simple, de chequear el punto de fusion: medir/poner 500mg mas de polvo en otro vial, no introduzcas líquidos todavía, cierra el vial, pero solo dobla la tapa en 3 lugares. Pon el vial en una olla con agua y has hervir el agua (observando el polvo en el vial), apaga la estufa, espera a que baje la temperatura del agua, saca el vial del agua. Si el polvo se solidifico parcialmente y no se mueve todo el polvo de forma libre en el vial entonces es la sustancia correcta (estradiol enanthate).

Muy pocas sustancias solubles en aceite tienen un punto de fusión tan relativamente bajo. Pero si el punto de fusion del polvo que tienen resulta ser mayor de 100 grados celcios, entonces la prueba es inconclusa: necesitarías una olla a presión o un autoclave para calentar el vial a mas de 100 grados celcios (el punto donde hierve el agua) o de esta forma (<https://groups.io/g/MTFHRT/wiki/32288>). Luego de la prueba, desdobra la tapa, abre el vial y deshaste del liquido, sellalo, y ahora esperaras por mucho tiempo mas (hasta un mes) hasta que la parte solidificada del polvo se disuelva.

Para estradiol undecylate (EU) (punto de fusion 105-110 grados celcios): recetas (60mg/ml):

1. EU 0.6 g, alcohol bencilico 0.2ml, aceite MCT $10 - 0.2 - 0.6 / 1.07 = 9.25$ ml o
2. (para las personas alergicas) EU 0.6 g, aceite MCT $10 - 0.6 / 1.07 = 9.45$ ml

inyectate 0.83 ml al mes o 0.62ml cada 3 semanas. La primera inyección que te hagas sin embargo, debe ser el doble de esta dosis.

3.5 Esterilizar

Para esterilizar, pon el vial sellado en una olla con agua, **luego de esto**, has hervir el agua, mantén el agua hirviendo por 30 minutos, apaga la flama, espera hasta que baje la temperatura. La tapa se va a oscurecer un poco – no pasa nada, todo bien.

Si cuentas con una olla a presión (o una “multi-cooker” con función de cocinado a presión) entonces utilízalo en vez de usar la olla (el vial parado, su mitad inferior sumergida en el agua), si no tienes una olla a presión, no te preocupes que la olla es mas que suficiente para el proceso!

Si estas esterilizando mas que un solo vial a la vez entonces atalos juntos con un cordón de algodón, entonces colocalos parados y pon el agua hasta la mitad de la altura de los viales. Si esterilizas un solo

vial, entonces el agua hirviendo, hace burbujas y agitará el vial, y escucharás un sonido inusual mientras se agita.

En vez de agua también puedes utilizar cualquier aceite en una olla pequeña (también, los viales parados, el aceite hasta 1/3 de la altura del vial), pero entonces necesitas un termómetro: manualmente, continuamente, ajusta el calor de la estufa hasta mantener 130 grados celcius por 30 minutos. O puedes usar una “multi-cooker” si no tienes una con función de cocinar a presión pero puede mantener 130 grados celcius. Antes de esterilizar, en un baño de aceite como el descrito, espera a que se disuelva el polvo completamente.

Durante la esterilización el polvo terminará de disolverse. Agita el vial (ignora si hay burbujitas dentro).

Lava los residuos de calcio o cualquier otra cosa que haya quedado sobre el vial al hervir el agua (el agua de cano no siempre es pura) con un trapito mojado ligeramente con vinagre.

Deja que se seque el vial, escribe a mano “estradiol enanthate 50mg/ml” en 3 líneas en letras pequeñas en un papel (mientras más pequeña sea la etiqueta mejor) y pégala sobre el vial con un pedazo de cinta adhesiva transparente tan solo un poco más larga que el papel.

Posiblemente escuches consejos de utilizar una campana extractora de flujo, guantes, máscara, desinfectar o esterilizar los viales vacíos, tapones, manos, la mesa o todo el cuarto, etc. Todos estos esfuerzos no tienen punto alguno si se utiliza el método más confiable de esterilización (la esterilización por calor terminal): calentando al haberlo mezclado ya y sellados los viales al sumergir en agua hirviendo o en aceite calentado a 130 grados celcius.

(Nota: habiendo traducido esto, sin duda es mejor tener un laboratorio lo más limpio posible y dedicado solo a esto. Sin embargo, queremos recordar a la lectora que a pesar de que se discutan herramientas y procesos muy difíciles de conseguir en Latinoamérica por lo que son tan caros o tan difíciles de conseguir, muchas compañeras, incluyendo okupas y espacios muy precarios logran producir estrógeno de manera segura utilizando los métodos y herramientas más rudimentarios que se discuten en esta guía y manteniendo el cuarto y los materiales lo más limpios posible).

3.6 Empezar un nuevo vial

Si la tapa de aluminio es completamente de metal (sin plástico), entonces la tapa tiene 2 o 3 incisiones en un círculo en el centro de la parte de arriba de la tapa. Saca el centro de la tapa (con delicadeza para no remover toda la tapa del vial) o córtala con pequeñas tijeras con puntas puntiagudas para exponer la parte central del tapón de goma debajo de la tapa. No cortes o apunales el tapón de goma.

Si tus capas tienen la parte superior de plástico entonces utiliza un destornillador de cabeza plana o un cuchillo bajo la parte superior, la parte superior debería zafarse de la parte central de la tapa. Si accidentalmente sacas toda la tapa del vial y el tapón de goma se salió del vial entonces vuelve a poner la tapa y repite el proceso de esterilización.

El centro del tapón de goma está marcado con un pequeño círculo – este marca el lugar donde deben introducirse las agujas.

3.7 Mantener

Mantener el polvo sellado en un contenedor aprueba de aire o en bolsas (como ziplock) con tan poco aire possible. Mantén el polvo, mezclado pero en viales todavía sin usar, alcohol bencilico y aceite MCT enrollado en papel aluminio para protegerlo de la luz. Mantén el vial que utilizas en una cajita, cajón u otro lugar seguro. No en la refrigeradora. Mantenlo en temperatura promedio (20 grados celcius), parado. Antes de usar, observa la parte de abajo del vial: si se ha vuelto blanca en vez de transparente, entonces pon el vial en un lugar con calor, y el Eén se disolverá otra vez, mientras mas calor, mas rápido se disolverá. Entonces agita el vial (ignora las burbujitas).

3.8 Precio Total (en USA)

(Nota: hemos incluido esta seccion, considerando que talvez haya companeras que aprovechen viajes a gringolandia para conseguir materiales).

Aqui pongo los precios (incluido el envio) que vi al momento de escribir esta guía para las personas en USA:

Cantidad 1 (10 g) de polvo estradiol enanthate (<https://www.purplepandalabs.io/goods?code=230724155043537>) + 18 dolares de envio = 68 dolares

alcohol bencilico (https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=%22benzyl+alcohol%22&LH_BIN=1&sop=15&oac=1&blrs=recall_filtering) 8.99 dolares

Aceite MCT (<https://www.amazon.com/Glycerin-Supplier-MCT-Oil-250ml/dp/B07W43PG49/>) (https://www.ebay.com/sch/i.html?_nkw=mct+oil+&sacat=0&LH_BIN=1&sop=15&blrs=recall_filtering&ipg=240) 9.99 dolares

Balanza (<https://www.ebay.com/itm/283381549026>) 7.06 dolares

Jeringas 5-10ml (para medir el aceite MCT) (<https://www.amazon.com/dp/B0CNR2Y7GF/>) 3.99 dolares

10 viales con tapones y tapas (<https://www.amazon.com/10ml-Sterile-Vial-Blue-Flip/dp/B07JD49TK2/>) 12.99

100 jeringas para inyecciones (<https://www.amazon.com/Ultra-Fine-Insulin-Syringes-29G-Pack/dp/B09KT19PS4/>) 14.99 dolares

10 g de polvo estradiol enanthate sera suficiente para cocinar 20 viales que te duraran $20 \times 10 / 0.223 \times 7 / 365 = 17$ años.

Gastos iniciales: $68 + 8.99 + 9.99 + 7.06 + 3.99 + 12.99 + 14.99 = 126$ dolares.

Gastos totales durante 17 años $(126+2*9.99+12.99+8*14.99)/(17.2*12)= 1.35$ dolares al mes. Cien veces mas barato para HRT (terapia de reemplazo hormonal) mas efectiva que la que receta un doctor. Y ya no tienes que estar dependiente de lo que quieran los doctores o la falta de abasto de medicamentos.

3.9 Legal

Si haces estradiol inyectable para ti misma, no hay problema. Pero si lo vendes o regalas a otras personas (en USA) podrías estar en problemas. Alguien va a andar de soplon, garantizado.

(Nota: Cabe decir, no sabemos con que chicas anda la autora original del texto, pero no queremos suponer que la mayoría de chicas en nuestra comunidad anden de soplonas. No sabemos en que marco legal de Abya Yala estés leyendo esto, hermana, pero recomendamos que te informes como sea en tu país y tomes las precauciones del caso y sin miedo! Se puede distribuir de muchas formas anonimas, usando aliases, dejando paquetes escondidos que otras chicas recojen, etc, burlando la represion del estado o grupos transfobicos. No es dificil protegerse, especialmente si lo estas distribuyendo de forma gratuita y no hay dinero que pueda rastrearse a tu persona).

4. La Inyección Autónoma

4.1 Jeringas para inyecciones

Jeringas para inyecciones – jeringas de insulina con agujas permanentemente adheridas (integradas, que no se pueden sacar, ni se tienen que insertar). Agujas de 12-13mm de largo, una nueva jeringa cada semana o cada 10 dias (de uso singular).

Jeringas “tuberculin” con agujas fijas de 16mm están disponible solo ordenando online en USA.

El diametro de la aguja no importa, usar aceite MCT con una aguja de 30G (G: Gauge) de diámetro toma un minuto. Tanto jeringas U-100 y U-40 para insulina sirven. Jeringas de insulina marcadas para animales (de uso veterinario) también funcionan bien.

Si utilizas una jeringa con aguja reemplazable, luego de cada inyección, pierdes 0.092 ml de la solución hormonal en el “espacio vacio” / “dead space” que esta entre la jeringa y la aguja. Lo que significa que un vial que te duraría 10 meses, te durara 7 meses. El espacio donde se juntan la aguja y la jeringa también puede dejar entrar aire lo que hace sacar el liquido del vial con la jeringa un poco mas complicado.

En la mayoría de países, las jeringas de insulina están disponibles en la mayoría de farmacias locales sin necesitar receta medica. Algunos farmacias son mas santas que el Papa, no le creas a la farmacia si te dicen que necesitas receta medica, solo ve a otra farmacia.

(Nota: Otra vez, esto depende del país, pero suele ser que en Abya Yala la norma es mas relajada que en USA. Muy seguramente puedes encontrar un mercado medico donde conseguir de a cientos por precio mucho mas bajo que el que lista la autora original).

Tal vez hayas escuchado el consejo de utilizar distintas agujas para extraer la solución del vial y para la inyección porque perforar el tapon de goma aplana la aguja. Estos consejos exageran el danio al filo de la aguja porque es fácil doblar la punta en el vial si golpeas el vidrio al extraer la solución de un vial de uso único (que no es el que utilizamos). Las jeringas de insulina estan hechas con agujas fijas porque están diseñadas para viales de insulina con tapones de goma (como los nuestros).

Sin embargo, si eres una persona particularmente sensible al dolor y estas dispuesta a gastar mas dinero para una diferencia pequenia en el dolor, entonces podríamos recomendar utilizar esto:

Jeringas Luer Lock de 1ml, agujas cortas de 27g – 25g de diámetro para extraer la soluciones (si es mas ancho, puede daniar el tapon) y agujas de 12-16mm / 31G – 29 G de diámetro para la inyección. Perderás 0.2 – 0.3 ml de la solucion utilizando estas agujas, cada vez que hagas una inyección (una vez a la semana), pero es un proceso simple.

Extrae 0.05 – 0.1ml mas de lo que te inyectarías porque eso es lo que se necesita para compenzar el espacio vacío en la aguja y jeringa. Intentar extraer la solución perdida en el espacio vacío haciendo entrar aire a la jeringa, no funciona porque las fuerzas capilares llenan los espacios vacíos.

4.2 Fobia a las agujas

Si tienes fobia a las agujas (suele pasar, que no te de vergüenza!) entonces compra una jeringa de insulina, echate en tu cama de costado (si te desmayas no hay problemas) y apunialate con la jeringa en el culo (jaja saludos / hay instrucciones mas abajo sobre en que parte de la nalga se debe introducir la aguja, el rincon o cuarto superior exterior de la nalga). Si logras hacer eso (posiblemente luego de varios intentos), las siguientes veces sera mas fácil.

Como ultimo recurso, en vez de estradiol enanthate, puedes comprar polvo de estradiol micronizado de DragonOrdnance (<https://dragonordnance.net/goods?code=03614024011>) (cupon: TransDIY) o Purple Panda (de estados unidos: <https://www.purplepandalabs.io/goods?code=250424131136567> o la china: <https://www.purplepandalabs.io/goods?code=231102152902384>) y tomarlo de forma oral 10mg dos veces al dia utilizando una balanza de 0.001 g. 40 g te durara 5 anios, 2.5 dolares al mes.

Como tomarlo: encuentra una cucharita de plástico, corta el mango dejando una colilla de 2cm de largo. Prende la balanza, espera a que este en 0.000, luego, pon la cuchara en el centro de la balanza. Recuerda, los últimos dos dígitos (el peso de la cuchara). Utilizando unas pinzas pequenias que suelen venir con la balanza, pon el polvo sobre la cuchara hasta que el peso incremente por 0.009 – 0.011 g. Lame el polvo de la cuchara y traga. Dos veces al día. Manten el polvo en un frasco a prueba de aire, puede ser el de una crema cosmética, protegido de la luz del sol adentro de una lata de aluminio de cabeza. Los cuentos de los doctores que algunas chicas desinformadas dicen que los “estrogenos orales” danian el higado, pero esto es una ficción total; el riesgo de thrombosis del estradiol oral es diminuto.

O por ultimo si no te molesta obtener tus cambios (hormonales) de forma mas lenta:

<https://groups.io/g/MTFHRT/message/10691>

4.3 Dosis

Recomiendo inyectar 0.22ml (22 unidades en una jergina de insulina U-100 u 8 unidades en una U-40) semanalmente (el mismo día cada semana) o 0.31 ml cada 10 días (el 1,11,21 de cada mes). La misma dosis desde el primer día de empezar el MtF HRT por siempre, incluso luego de hacerse operar, nunca cambiar la dosis. Yo escojo esta dosis para recomendar porque es suficiente para la supresión completa de la producción de testosterona por los testículos en cualquier chica MtF.

Con la misma dosis de la misma hormona, distintas personas dan distinto nivel de estradiol en la sangre (examen tomado justo antes de la siguiente inyección), y varían hasta 10 veces su número entre ellas. También, la sensibilidad de distintas personas al mismo nivel de la misma hormona también puede ser distinto a veces. Sensibilidad es mucho más importante que los niveles. No existe un examen para la sensibilidad de las personas a la hormona. Así que, porque recetan los doctores exámenes de sangre a las chicas MtF? Solo para impresionar a pacientes desinformadas y mantenerse ocupados y con buen salario. Para la mayoría de chicas MtF, la dosis que recomiendo es más que suficiente, y ¿qué? En comparación, es increíblemente barata. Para algunas, esta dosis no es suficiente, así que no apuestes y no pierdas tiempo. Unos cuantos exámenes de sangre salen más caros que todas las hormonas que tomarías por el resto de tu vida con esta receta, así que ¿por qué preocuparse? A los doctores les encanta las historias de terror sobre los efectos secundarios – solo para asustarte y hacer que tomes exámenes de sangre – pagándoles aún más visitas al doctor.

Si el doctor ve tus resultados en los exámenes de sangre, probablemente dirá “demasiado estradiol, esto es peligroso”. Entonces dale un link

(<https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/s-2007-1001723>) a un artículo científico describiendo cómo los doctores inyectaron a mujeres con una dosis de estradiol 4 veces más alta que la que yo recomiendo, esas mujeres dieron un resultado de estradiol en la sangre de más o menos 3000 pg/ml = 11000 pmol/l en promedio. El artículo completo lo puedes ver en sci-hub (<https://en.wikipedia.org/wiki/Sci-Hub>), o miembros de este grupo (MTFHRT) pueden leerlo aquí: <https://groups.io/g/MTFHRT/files/estrogens/ulrich1994.pdf>

Cito del artículo:

The treatment was well tolerated. No adverse effects were seen, the patients expressed a feeling of particular well being, 23% of them wanted to have the injections repeated and none of them wanted to stop treatment because of troubles or side effects.

/

El tratamiento estuvo bien tolerado. No hubo efectos adversos que pudieran observarse, las pacientes expresaron sentirse particularmente bien, 23% de ellas quisieron repetirse la inyección y ninguna de ellas quería parar el tratamiento por problemas o efectos secundarios.

Eso es una dosis de estradiol 4 veces más alta que la que recomiendo.

(Nota: No te olvides tomar las inyecciones a tiempo porque si no vas a perder la cabeza al toque, vas a estar totalmente deprimida y suicida en la cama y te vas a acordar que te olvidaste la inyección, vas a tomar la inyección, e inmediatamente te vas a sentir mejor. Sin embargo esto sucede también con las medicinas que recetan los médicos, es importante tener tus niveles hormonales estables).

4.4 Como inyectarse

Recomiendo inyectarse en la parte alta, exterior de la nalga, hacia la grasa (inyección subcutánea) mientras estás echada de costado en una cama. Es el lugar más seguro y menos doloroso. Recomiendo no inyectarse en la pierna porque eso puede causar absorción demasiado rápida y una caída más rápida del nivel de estradiol en la sangre.

Asegurate de no tocar nada con la aguja, excepto la superficie interna de la tapita de la aguja, la piel en el lugar de la inyección y el tapón de goma del vial para extraer la solución.

Hay una antigua tradición de desinfectar la piel (y el tapón del vial) con alcohol antes de la inyección. Las farmacias venden algodones desinfectantes con alcohol para ello (busca, “alcohol swabs”). Sin embargo, esto es opcional. La WHO (organización mundial de la salud) dice:

Wash skin that is visibly soiled or dirty. Swabbing of the clean skin before giving an injection is unnecessary. Swabbing of clean vial tops or ampoules with an antiseptic or disinfectant is unnecessary.

/

Lavar la piel que este visiblemente sucia. Pasando el algodón con alcohol sobre piel limpia antes de dar una inyección es innecesario. Pasar el algodón con alcohol sobre los tapones del vial con un antiséptico o desinfectante es innecesario.

También, puedes leer la introducción en un artículo científico

(<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7794031/#sec001title>) y en la página 4 aquí: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/2572501/pdf/12973641.pdf>

En fin, incluso si llevas a cabo este ritual, no vayas a intentar desinfectar la aguja con el algodón o con cualquier otra cosa porque la vas a ensuciar.

Como inyectar:

Echate en la cama de costado. La inyección irá a la grasita en la parte superior hacia el cuarto exterior de la nalga (un lugar perfectamente exacto no es necesario, la capa de grasa en la nalga es más ancha que la longitud de la aguja inclusive en gente muy flaca). Saca la tapita de la aguja. Jala aire a la jeringa hasta llenar el espacio que usarías para la solución (las hormonas) en la inyección (0.22 ml). Apunala el centro del tapón con la aguja, inyecta el aire en el vial. Voltea el vial y la aguja para que la jeringa esté debajo del vial y el vial de cabeza encima (todavía apunhalado). Continúa sosteniendo el vial con la mano izquierda. Enrosca el dedo medio de la mano derecha alrededor del mango de la parte de la jeringa que se empuja o jala para sostenerla en su lugar, utiliza el pulgar e índice de la mano derecha

para empujar el barril de la jeringa hacia arriba. De esta forma, jala el embolo de la jeringa a 0.1 ml mas de lo que intentas inyectarte (para crear espacio vacío en la jeringa), aguanta y espera varios minutos hasta que el liquido poco a poco se introduzca a la jeringa y llene la jeringa de abajo a arriba dejando 0.08ml de espacio vacío. Empuja el embolo (la parte de la jeringa que se jala o empuja para introducir la hormona) para deshacerte del espacio vacío y la mayoría de las burbujas de aire y el exceso de liquido hacia el vial. Si quedan pequenas burbujitas de aire, no te preocupes, a pesar de lo que digan las historias de terror, inyectarse pequenas burbujitas de aire que queden en la jeringa no hace danio. Saca la aguja del vial y apunalatela en la nalga (en un angulo de 90 grados) hasta introducir toda la aguja, inyecta (esto puede tomar un rato, la velocidad no afecta el proceso). Una vez introducido todo el liquido, saca la aguja, inmediatamente pon presión en el lugar de la inyección con un dedo o un algodonsito. Manteniendo la presión, has círculos (para mover la piel, no jales el dedo sobre la piel). Presiona por 1 minuto, pon la tapita sobre la aguja, y desecha de forma responsable.

5. "Monitoreo" innecesario

Si empiezas tu HRT de estradiol inyectable en la forma en que he descrito en esta guía, entonces probablemente en algunas semanas estarás sintiendo dolor en los brotes mamaricos (en tus nuevas chichis jiji) (en muchos casos solo en un lado al inicio) de la misma forma que lo sienten muchas chicas cis-genero al pasar por la pubertad. El dolor no es signo de ningún problema y no durara por siempre.

La dosis que recomiendo detiene la producción de testosterona por los testículos al mismo nivel que sacártelos quirúrgicamente, pero eso no te librara de lo que quede de barba o bigote al afeitarse – no podrás deshacerte de lo que te quede de barba hasta que completes un proceso de agujas de electrolisis. A pesar de lo que dicen los falsos anuncios, láser y otros métodos de deshacerse del pelo utilizando luz intensa, en la mayoría de los casos, solo remueven el pelo facial de manera temporal, sin importar cuantas sesiones, ignora este consejo bajo tu propio peligro.

Cualquier nivel de estradiol (E2) entre 300 y 5000 pg/ml (1100 – 18000 pmol/l) esta bien tanto para chicas pre-operacion como para post-operacion. Nivel de estrones (E1) no importan. Todos los argumentos de los doctores de que es “demasiado” son pura mierda hecha para controlarnos, extorsionarnos bajo el excusa del “cuidado medico”. La única razón para hacerse un examen de sangre para el estradiol (una vez, por lo menos un mes luego de la primera inyección, solo un día antes de tu siguiente inyeccion) es tu propia paz mental de que si recibiste estradiol enanthate al comprar los ingredientes.

Pero mas arriba, describí dos formas de asegurarse de que ese fuera el caso, y muy probablemente sentirás dolor en los brotes mamaricos (tus chichis amiga). Probé un nuevo lote de estradiol enanthate en mi misma, mi nivel de estradiol en la sangre era de 1272 pg/ml = 4670 pmol/l 5 días luego de una inyección. Tuve SRS (“operacion de cambio de sexo”) en 1999, ya no tenia que suprimir mi testosterona. Sin embargo, no baje mi dosis. Mi dosis, hace mas lento el envejecer, y con ella me veo y me siento mejor.

6. Mitos y que NO hacer

Mas arriba explique algunos mitos y falacias. Algunas mas:

Mito: Descartar un vial 28 días luego de haberlo usado por primera vez. Los burócratas reciben sus salarios al inventar nuevas leyes, no importa que tan irracionales sean. Esta regla la inventaron para los hospitales con múltiples pacientes (algunos con enfermedades infecciosas), no para tu consumo personal.

Si un doctor receta estradiol inyectable, no dice nada sobre las agujas, dice “inyectar en el musculo” porque el evangelio (las instrucciones que vienen con el estradiol inyectable del mercado legal) lo dicen (sin explicar porque – en realidad es porque el solvente utilizado con EV (estradiol valerate) a veces causa alergias, y usar una inyección intramuscular (nosotras recomendamos la inyección subcutanea) ayuda. Tu simplemente vas a una farmacia y pides una inyección intramuscular. Un farmacista promedio, pide tu volumen de inyección (menos de 1ml) y te vende jeringas de 2ml, cada jeringa viene con una aguja en el mismo paquete. Los productores ponen agujas largas con jeringas de 10ml y agujas cortas con jeringas de 2ml. Porque? Estética :-/ Tu obtienes jeringas con espacio vacío y agujas de 25mm de largo, te las inyectas en la nalga. Tu, farmacista, enfermero y doctor piensan que te inyectas en el musculo. En realidad la capa de grasa en la nalga es mas gruesa incluso en gente muy delgada. En realidad te lo estas inyectando en la grasa. Y eso... funciona. Pero los evangelios están llenos de falacias.

Falacia: luego de introducir la aguja en la piel, debes aspirar para chequear si le diste a un coagulo sanguíneo. No hay coágulos sanguíneos considerables en la nalga a 13mm de profundidad. Si aspiraste, te heriste a ti misma por el movimiento inevitable de la aguja a los costados.

No le vayas a dar uno de tus viales a un doctor porque lo destruiría, los doctores son celosos.

No utilices un emulador (calculador de niveles sanguíneos). Utilizan data estadística promedio, pero tu no eres una persona promedio de estadística.

Mito: Empezar con las pastillas (dosis baja) luego de un tiempo cambiar a las inyecciones. Los doctores aman el empezar desde una dosis baja porque los mantiene ocupados y pagados. Así que se inventan explicaciones sobre porque es mejor. La gente, luego repite lo que digan los doctores sin pensarlo o investigarlo.

Mito: Has bajar tu nivel de estrógeno luego de la operación. La dosis de estrogen descrita en las referencias farmaceuticas de los libros para hombres con cáncer de la próstata son mas altos (diseñados para suprimir la producción de testosterona de los testículos) que para las mujeres (luego de la menopausia) – limitados por el miedo de cáncer uterino. Solo luego de SRS (operación de cambio de sexo) nos convertimos mágicamente en mujeres en los ojos de los doctores.

Mito: los “estrogenos” incrementan el riesgo de coágulos sanguíneos, toma aspirinas para evitarlo. Ethinylestradiol incrementa el riesgo de trombosis venosa, la aspirina reduce el riesgo de thrombosis arterial en arterias coronales en el corazón. Una combinación de ethinylestradiol con aspirina es como usar un chaleco anti balas ante un gas venenoso. No confundas el ethinylestradiol (EE) con el estradiol enanthate (Een). A diferencia de ethinylestradiol, el estradil inyectable prácticamente no afecta el riesgo

de thrombosis. Sabias que el riesgo de thrombosis depende (entre otras cosas) sobre si tienes un tipo sanguíneo 0(1) o cualquier otro tipo (no 0)? La dosis de estradiol enanthate que recomiendo afecta menos los coágulos sanguíneos.

Falacia: para de tomar “hormonas” un tiempo antes de la operación de cambio de sexo u otra cirugía, vuelve a empezar un tiempo después. Los cirujanos no saben y no quieren saber las diferencias entre varios estrógenos y rutas usadas para hacerlas entrar al cuerpo. Ethinylestradiol en combinación con la ruta sanguínea en piernas inmóviles detenidas al mover las piernas fuera del camino del cirujano durante la operación pueden causar thrombosis profunda y un embolismo pulmonar mortal. No intentes explicarle eso al cirujano o que el estradiol inyectable no hace eso, diles que paraste, pero sigue inyectándote para que tu transición y tu humor no empeoren. Los exámenes de sangre de los cirujanos buscan parámetros de coágulos de sangre, no de estradiol.

Ilusiones esquizofrenicas: Companias chinas han mezclado ethinyl estradiol en sus polvos hormonales como manera barata de mejorar su eficacia. La única forma de asegurarse de la eficacia es un examen de sangre para el nivel de estradiol que ignora el ethinilestradiol completamente. Por ende, esto es un invento.

Mito: El libido y las erecciones son un signo de testosterona. En muchas MtF la dosis de estradiol que recomiendo estimulan el libido y las erecciones a pesar de suprimir la producción de testosterona por los testículos completamente. Si todavía estas en dudas, haste un examen de sangre para la testosterona un día antes de tu siguiente inyección. Las mujeres cis-genero (y las mujeres post-operacion) tienen erecciones del clítoris – el mismo mecanismo que un pene.

Mito: el exceso de estrógeno se convierte en testosterona. La conversión estrona < - >estradiol es bidireccional, pero la conversion testosterona - > estradiol es estrictamente unidireccional.

Mito: si tomas demasiado estradiol entonces la SHBG (una proteína producida principalmente por el hígado que afecta las hormonas) lo tomara y lo hará inútil. Si incrementa el nivel de estradiol, el hígado produce mas SHBG, sin embargo, el nivel de estradiol libre también incrementa.

Brotes, hinchazon y picazon alrededor del lugar de la inyección es un signo de alergia.

Mito: La alergia, es al aceite. Alergia al MCT o aceite de ricino es muy rara. La alergia usualmente es a una cantidad grande (40-44%) de solvente (benzyl benzoate), pero mi procedimiento (mezclarlo todo en cada vial por separado en vez de en un beaker) permite evadir el solvente. Alergia a una cantidad pequena (2%) del preservativo (alcohol bencilico) es muy rara: 36 personas de 3805 (1%) (de clientes) tuvo que comprar Ee sin preservativo por tener alergias (y yo también). Sin preservativo se dice que es inseguro el proceso, pero mis clientes, incluidos los 36 y yo misma nunca tuvimos una infección por utilizar esterilización por calor terminal ya que es superior al filtrado y procesos asepticos, y una solución sin agua con solo 3 elementos químicos no es nutritiva para las bacterias. Por defecto, yo siempre agrego preservativo a los viales que vendo, solo lo obvio por pedido especifico.

Palabras “dominancia del estrogeno” fueron inventadas por marketers de progesterona y tonterías que dicen “progesterona bla-bla-algo como “wild yam”. Hace mucho la progesterona fue producida químicamente de la “wild yam”, pero el cuerpo humano no puede llevar a cabo esa conversión química.

Si te da curiosidad la progesterona de verdad:

- 1) La progesterona inyectable tiene muy corto tiempo de vida, debe ser inyectada a diario. La progesterona oral es ineficiente porque la mayoría se convierte en allopregnanolona lo que los exámenes de sangre comunes confunden con progesterona. Una neovagina absorbe los medicamentos no tan bien como la vagina de una mujer cis-genero. La mayoría de los progestinos dan varios efectos secundarios. “Hydroxyprogesterone caproate) no es bioidéntica, no se convierte en el cuerpo a progesterona (a diferencia del estradiol valerate y el estradio enanthate).
- 2) La progesterona reduce la cantidad de síntesis de receptores de los estrógenos. Las mujeres cis-genero, se supone, se benefician de ello, pero las metas de las mujeres MtF son opuestas.
- 3) El estradiol crea ductos en las glándulas lactarias, la progesterona crea alveolas. La mayoría del volumen de los senos son ductos y tejido conectivo entre ellas. Si se forma una alveola (al final de un ducto), ese ducto no crecerá más en longitud. Así que, la progesterona puede parar el crecimiento de los senos. Acetato de Cyproterona también puede hacer lo mismo, es un progestágeno muy fuerte.
- 4) Progestógenos incrementan el riesgo de prolactinoma y meningioma (tumores cerebrales). Progestógenos (especialmente acetato de cyproterona), no estrógenos (a pesar de los rumores de los profesionales médicos). Recomendando no agregar progesterona por por lo menos 3 años desde empezar inyecciones de estradiol con por lo menos 40 mg/al mes (no desde el inicio de HRT). O nunca tomar progestógenos, en casos de completa insensibilidad a los andrógenos (CAIS), mujeres XY desarrollan espectaculares características secundarias femeninas a pesar de que nada en su cuerpo produce progesterona. A pesar de que la progesterona es una hormona femenina, eso no significa que sea beneficiosa para MtF (sin útero).

Mito: un artículo de wikipedia decía que un caso de prolactinoma era un efecto secundario del estradiol enanthate. En realidad, las inyecciones pre-fabricadas de estradiol enanthate siempre contienen altas dosis de progestínes.

Mito: Las compañías farmacéuticas hacen productos superiores. Si te sale mucha suerte y encuentras un doctor que este dispuesto a recetarte una inyección de dosis alta de estradiol, de la forma que yo recomiendo, que no se loquee con los resultados de los exámenes de sangre (igual tendrías que pagarle a los doctores, farmacia, laboratorios etc) las farmacias productoras en muy pocos países pueden producir estradiol inyectable sin receta médica. Ninguna farmacia productora tendría polvo de estradiol enanthate y dudo que puedan hacer estradiol cypionate (EC) 50mg/ml porque el EC de fábrica es 5mg/ml máximo. No pueden producir de más de 10mg/ml sin solvente (benzyl benzoate) lo que puede causar alergias. Utilizan otros aceites que también causan alergias más seguido que el aceite MCT. Pero el problema principal es que nunca mezclan un vial a la vez y repiten el error de las fábricas de la India que describí más arriba. Polvo sin disolver, se pega al filtro, entonces recibes mucho menos estradiol que el prescrito (también suele pasar en Canadá). Otro ejemplo de su estupidez: una farmacia de compuestos (“Galenic” / “Galenico”) en Italia utilizó (<https://imgur.com/a/pmOmyyJ>) aceite de ricino (esencialmente jabón) en vez de aceite de ricino básico, así que por supuesto las inyecciones dolían tremendamente y fueron ineficientes.

Si lo quieres hacer bien, hermana, hazlo tu misma.