

MEDICINA FUNCIONAL (TERAPIA HORMONAL BIOIDÉNTICA)

TENGO VARIAS PREGUNTAS PARA TI

¿ESTAS DISPUESTO (A) A DEJAR TODO LO QUE TE HACE DAÑO PARA SENTIRTE BIEN?
¿QUIERES VOLVER A SENTIRTE TÚ?
¿QUIERES DEJAR DE SOBREVIVIR Y SENTIRTE PLENA “VIVA”?

Si tu respuesta es SÍ, entonces esto te interesa.

Se requiere que hagas cambios en la tú Estilo de Vida, requiero que estés dispuesta a dejar todo aquello que te hace daño y mucha voluntad. La recompensa es que vuelvas a sentirte pleno (a) y tú salud comenzará poco a poco a restablecerse. También necesito que entiendas que estos cambios en el estilo de vida no deben de ser temporales, sino que te visualices vivo y sano el resto de tú vida después de los 35 años. Tal vez dejarás de usar antidepresivos, para artritis, obesidad, antihipertensivos, resistencia a insulina, analgésicos y muchos medicamentos que solo curan los síntomas, pero no la raíz del problema.



Recientemente se ha estado hablando mucho de este tema. Tradicionalmente a los ginecólogos nos enseñaron que mientras la mujer regle no le faltan hormonas, pero esto NO es cierto ya que desde los 35 años a la mujer inicia con deficiencia de **PROGESTERONA** y entonces a la mujer le empieza a dar INSOMNIO, DOLORES MENSTRUALES (DISMENORREA), ANSIEDAD E IRRITABILIDAD, DOLORES DE LAS MAMAS premenstrual por retención de líquidos, PÉRDIDA DE MEMORIA, ANSIEDAD

POR COMER; Después de los 37-40 años inicia la baja de TESTOSTERONA y la paciente tiene síntomas como: INSOMNIO, FATIGA, DEPRESIÓN, ANSIEDAD, BAJA DE LA LÍBIDO (Sin ganas de tener relaciones sexuales), PÉRDIDA DE MASA MUSCULAR, OJOS SECOS, AUMENTO DE PESO, CAIDA DE CABELLO; Después de los 40 años inicia la baja de ESTRÓGENOS e inician síntomas como: BOCHORNOS, RESEQUEDAD VAGINAL, CAMBIOS DE HUMOR, AUMENTO DE PESO, DOLOR DE CABEZA, RESEQUEDAD DE PIEL, ALTERACIONES EN LA REGLA. También hay otras hormonas como la DHEA (Dehidroepiandrosterona) que su deficiencia inicia también en estas edades y los síntomas son: INTOLERANCIA A RUIDOS, BAJA DE LÍBIDO, PÉRDIDA DE MASA MUSCULAR, RESEQUEDAD DE OJOS Y PIEL; PREGNENOLONA con síntomas como: MALA MEMORIA, PRESIÓN BAJA (hipotensión ortostática), DOLORS ARTICULARES.

FACTORES QUE IMPIDEN LA SANACIÓN:

- MALA ALIMENTACIÓN
- FALTA DE DESCANSO
- INFECCIONES
- ESTRÉS
- EXPOSICIÓN A TÓXICOS (TABACO, ALCOHOL, DROGAS)
- SEDENTARISMO (Falta de ejercicio)
- RELACIONES DAÑINAS

ESTRÓGENOS: Quita los BOCHORNOS, mejora la MEMORIA, resequedad de PIEL, protege tu CORAZÓN (previene infartos) Y HUESOS (previene fracturas haciendo tus huesos más resistentes), Mejora COLESTEROL Y TRIGLICÉRIDOS.

PROGESTERONA te ayuda a tener CALMA, RELAJACIÓN, DORMIR BIEN, PROTECCIÓN ENDOMETRIAL PARA PREVENIR CÁNCER DE ENDOMETRIO, PROTEGE CONTRA CÁNCER DE MAMA, DISMINUYE DOLOR EN LAS REGLAS, AYUDA PARA OVARIO POLIQUÍSTICO Y RESISTENCIA A INSULINA.

TESTOSTERONA Mejora el estado de ÁNIMO, ASERTIVIDAD (toma de decisiones), reduce DEPRESIÓN y ANSIEDAD, mejora DENSIDAD ÓSEA, fuerza y tamaño de los MÚSCULOS, mejora la RESEQUEDAD DE LA PIEL, mejora el APETITO Y SENSIBILIDAD SEXUAL incluyendo los ORGASMOS, te ayuda a BAJAR DE PESO.

DHEA te ayuda a recuperar PELO, INMUNIDAD, fortalece HUESO, mejora dolores de las ARTICULACIONES, mejora la MEMORIA, disminuye PIEL Y OJOS RESECOS, mejora la LIBIDO

La ALIMENTACIÓN es una parte esencial en estos cambios. Te invito a que leas el libro THE BLUE ZONE, que habla de las 5 zonas del mundo donde la gente vive mejor y más tiempo y habla sobre todo de la alimentación.



Lo más importante en todas las edades es llevar un buen ESTILO DE VIDA y eso incluye BUENA ALIMENTACIÓN y EJERCICIO. Los dos son muy importantes.

Trata de eliminar todo lo que son harinas, azúcares y lácteos (generalmente estos alimentos son lo que más mal hacen a tu organismo) y están bien demostrados que son causa imparable de algunas enfermedades como; diabetes, hipertensión, cáncer, enfermedades inmunológicas, gastritis, colitis y síndrome de intestino permeable (que engloba todas las enfermedades anteriores).



El ejercicio que debemos hacer es CARDIO de 30 -60 min de 4-5 veces por semana, pero también es importante fortalecer tus músculos con ejercicios con pesas. El músculo mete calcio al hueso de acuerdo a las necesidades. Además, al hacer ejercicio además de dar salud general, disminuye riesgo de fracturas, disminuye riesgo de infartos al corazón, aumenta el sistema inmune y ayuda a que te enfermes menos. Evita todos los ejercicios que son de impacto para que no se dañen tus tobillos y rodillas. Los mejores ejercicios son nadar, elíptica, escaladora, caminadora y Yoga.



Cuando se coordina el cambio de estilo de vida y reponer las hormonas que te hacen falta; tu vida empieza a cambiar poco a poco, recuperando la salud, bienestar físico, emocional y familiar. Así que si estás dispuesto (a) a hacer cambios en tu vida y recuperar las ganas de vivir entonces La Medicina Funcional es para ti.

Las hormonas bio idénticas las han existido siempre, pero con diferentes nombres, hay hormonas bio idénticas que tienen nombres comerciales de empresas farmacéuticas reconocidas y otras que se tienen que mandar a hacer de productos naturales. La forma de administrar es sublingual, en cremas y en implantes (aplicación de comprimidos). También hay muchos estudios que hablan de su seguridad, pero debes de llevar un control con el médico especialista, apoyándonos en laboratorios y llevando una medicina preventiva (mastografía, papanicolaou, revisiones periódicas).