



straddacoaching.com.mx

ANALIZADOR BIO CUÁNTICO



41) Hormona Femenina



1 1 +



A continuación, detallo las recomendaciones para los rubros de “Problemas probablemente” y “Tendencias Sub” relacionados con el Sistema Hormonal Femenino, enfocadas en equilibrar los niveles hormonales, aliviar síntomas asociados con desequilibrios hormonales y optimizar la salud femenina en todas las etapas de la vida.

1. Problemas probablemente: Hormona Femenina

Estos problemas pueden estar relacionados con desequilibrios hormonales, síntomas del síndrome premenstrual (SPM), menopausia, fatiga o irregularidades en los ciclos menstruales.

- **V-CONTROL:**
 - **Beneficios:** Regula el metabolismo y mejora el equilibrio hormonal, aliviando los síntomas del SPM y los cambios hormonales relacionados con la menopausia.
 - **Ingredientes clave:** Nopal, Alga Espirulina, Toronjil.
 - **Dosis sugerida:**
 - 2 cápsulas al día en ayunas para el control hormonal y alivio de síntomas.
 - **V-GLUTATION:**
 - **Beneficios:** Potente antioxidante que protege contra el estrés oxidativo, mejorando la función celular y apoyando el equilibrio hormonal.
 - **Ingredientes clave:** Glutación, Vitamina C, Cúrcuma.
 - **Dosis sugerida:**
 - 2 cápsulas al día como mantenimiento.
 - Hasta 6 cápsulas al día en casos severos de desequilibrio hormonal.
 - **V-CURCUMAX:**
 - **Beneficios:** Reduce la inflamación asociada con desequilibrios hormonales y mejora la salud general del sistema reproductivo.
 - **Ingredientes clave:** Cúrcuma, MSM, Condroitina, Vitamina C.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

2. Problemas probablemente: Casos crónicos o severos

En condiciones como síndrome de ovario poliquístico (SOP), menopausia avanzada o síntomas severos de desequilibrio hormonal:

- **V-OMEGA 3:**
 - **Beneficios:** Reduce la inflamación sistémica y apoya la producción hormonal, mejorando la salud general en casos de desequilibrios severos.
 - **Ingredientes clave:** EPA, DHA, Tocotrienoles, Vitamina D.
 - **Dosis sugerida:** 3 cápsulas al día, una con cada comida.
- **V-ITAREN:**
 - **Beneficios:** Promueve la detoxificación del organismo, ayudando a eliminar toxinas que interfieren con el equilibrio hormonal.

- **Ingredientes clave:** Jamaica, Cola de Caballo, Diente de León.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día; hasta 6 cápsulas en casos severos de desequilibrio hormonal.
 - **V-FORTYFLORA:**
 - **Beneficios:** Optimiza la microbiota intestinal, que está estrechamente relacionada con el equilibrio hormonal femenino.
 - **Ingredientes clave:** Carbón activado, Magnesio, L-Lisina.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

3. Tendencias Sub: Hormona Femenina

Estas tendencias indican predisposición a síntomas leves de desequilibrio hormonal, como cambios de humor, irregularidades menstruales o fatiga.

- **V-CONTROL:**
 - **Beneficios:** Ayuda a mantener niveles hormonales equilibrados y previene molestias leves relacionadas con el SPM o la menopausia.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día como medida preventiva.
 - **V-GLUTATION:**
 - **Beneficios:** Protege contra el daño oxidativo, ayudando a prevenir problemas hormonales leves.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
 - **V-OMEGA 3:**
 - **Beneficios:** Mejora la salud celular y previene inflamaciones que pueden alterar el equilibrio hormonal.
 - **Dosis sugerida:** 3 cápsulas al día como mantenimiento.
-

4. Productos complementarios para el sistema hormonal femenino:

- **V-ASCULAX:**
 - **Beneficios:** Mejora la circulación y ayuda a reducir los síntomas de inflamación y retención de líquidos asociados con los desequilibrios hormonales.
 - **Ingredientes clave:** Alcachofa, Romero, MSM.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
 - **V-COLLAGEN:**
 - **Beneficios:** Mejora la elasticidad y fortaleza de los tejidos conectivos, apoyando la salud general en etapas de cambio hormonal.
 - **Ingredientes clave:** Colágeno Hidrolizado, Lisina, Vitamina C, MSM.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

Sugerencias adicionales:

1. **Dieta equilibrada:** Incorpora alimentos ricos en fitoestrógenos, como soya, semillas de lino y granos integrales, para apoyar la salud hormonal.
2. **Ejercicio moderado:** Realizar actividades como yoga o caminatas ayuda a reducir el estrés y mejora el equilibrio hormonal.
3. **Hidratación adecuada:** Bebe suficiente agua para apoyar la desintoxicación y la regulación hormonal.

Estas recomendaciones están diseñadas para equilibrar las hormonas femeninas, aliviar síntomas y optimizar la salud en todas las etapas de la vida. ¡Si necesitas más información o apoyo adicional, no dudes en consultarme!