

## Emagrecer na Menopausa

### É possível emagrecer na menopausa?

Durante muitos anos, esta palavra foi associada ao fim de quase toda base da vida da mulher e do que a definia como elemento do sexo feminino.

Hoje em dia as mentalidades mudaram. A menopausa não é uma doença, é apenas mais uma fase da vida feminina.

Este período caracteriza-se pela redução gradual do funcionamento dos ovários, o que provoca queda das secreções hormonais: estrogênio e progesterona, os chamados hormônios femininos. Hoje em dia para amenizar esse déficit hormonal, muitas mulheres, pelo menos no início fazem algum tipo de tratamento.

A modulação hormonal com Hormônios Bioidênticos consiste em um extraordinário avanço terapêutico, e permite obter resultados clínicos seguros. Estes hormônios são substâncias que tem estrutura molecular tridimensional exatamente igual à dos hormônios humanos, obtidos através da engenharia genética recombinante. Por essa razão, ocupam os receptores de hormônios das com a mesma exatidão do hormônio humano e, ao serem repostos e absorvidos pelo organismo, são prontamente reconhecidos pelas células como provocando o que chamamos de "resposta terapêutica fisiológica".

Cada mulher deve ter um tratamento individualizado, pois um tratamento não adequado pode provocar um aumento de peso. É bom lembrar ainda que, quanto maior o excesso de peso antes da menopausa, maior é o risco de engordar após os 50 anos, já que a taxa de insulina também aumenta nesse período. Portanto a mulher deve ter o cuidado com o tipo de alimentação e com exercícios físicos, muito antes do início da menopausa.

Nesta fase tão significativa da vida, onde sentimos prazer e satisfação em sermos bonitas e elegantes, o tratamento ortomolecular é importante para reestabelecer o equilíbrio químico do organismo mediante o uso de vitaminas, minerais, aminoácidos e antioxidantes. Com o organismo equilibrado do ponto de vista ortomolecular, associado aos exercícios físicos, a elegância será alcançada, mantendo uma forma física que lhe proporcione mais admiração, satisfação e felicidade.



**Dra. Anéris Colla**

**Rua André Puente, 78 – Bairro Independência**

**90035-150 Porto Alegre – RS**

**<http://www.vitanaturalis.com.br>**