

## REPOSIÇÃO HORMONAL

Quando a medicina anti-aging virou assunto pela primeira vez, 20 anos atrás, a reposição hormonal trazia uma série de efeitos colaterais, além de ter eficácia limitada. Mais conhecida no Brasil como Medicina da Longevidade, a prática não garante juventude eterna, mas retarda ao máximo o processo de envelhecimento.

A medicina anti-aging parte do princípio de que devemos repor o que o corpo deixa de produzir ou metabolizar com o passar do tempo, dos hormônios às proteínas, vitaminas e sais minerais. É importante corrigir estas carências de imediato, para que o organismo mantenha suas habilidades funcionais.

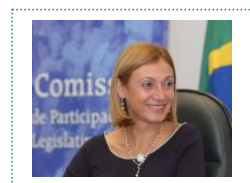
Uma idéia ultrapassada é de que o envelhecimento provoca a diminuição da produção de hormônios. Pesquisas mostram que acontece justamente o contrário, é a queda dos hormônios que faz com que ocorra o envelhecimento.

A terapia anti-aging usa além de cápsulas a base de vitaminas, proteínas e sais minerais, também cremes a base de hormônios bioidênticos, obtidos através de um sofisticado processo de engenharia genética, eles tem estrutura molecular exatamente igual à dos hormônios humanos. Rapidamente absorvidos pelo organismo, não fazem mal à saúde. Além disso, são ministrados em doses infinitesimais, graças a avanços na nanotecnologia que nos permitem receitar doses 50 vezes menores do que costumávamos indicar há 5 anos.

Usamos os cremes á base de hormônios, por ex. o estradiol que mantém a elasticidade da pele e regenera os ossos, a progesterona, que é fundamental na prevenção de sintomas comuns à TPM e à menopausa como irritabilidade e mudanças bruscas de humor, a testosterona, cuja deficiência está associada á diminuição de massa muscular, acúmulo de gordura e perda da libido. Usa-se também a reposição do hormônio do crescimento, o HGH, que quando entra em declínio dispara sintomas como prostração, aumento de peso, aparecimento de rugas e cabelos brancos. Sua carência também está relacionada a doenças ligadas à idade tais como osteoporose, depressão, insônia e algumas cardiopatias. Em doses fisiológicas, pode-se reverter todo esse processo.

Hoje já é possível, através de exames específicos, detectar alterações metabólicas e deficiências hormonais e corrigi-las.

A medicação e os cremes devem ser complementados com a Dieta em Zona de Equilíbrio Hormonal. Ela é baseada na redução do consumo de carboidratos, cujo excesso estimula a produção de insulina. Dá-se prioridade à ingesta de peixes, azeite de oliva, frutas, grãos e massas integrais.



**Dra. Rosa Moassab**  
Centro Ortomolecular Integrado Vita Naturalis

Rua André Puento, 78 - Bairro Independência - Porto Alegre / RS  
<http://www.vitanaturalis.com.br>