



# PÉRDIDA DE MASA GRASA Y RECOMPOSICIÓN CORPORAL SÍNDROME PREMENSTRUAL

La dificultad para reducir la grasa corporal y mantener la masa magra a menudo se debe a un desequilibrio metabólico y endocrino. La optimización de los niveles hormonales – incluida la corrección de la deficiencia de testosterona y el control de la insulina, el cortisol y la relación estrógeno/progesterona– potencia el uso de la grasa como fuente de energía y protege la masa muscular. Dicha optimización mejora la sensibilidad a la insulina, reduce la inflamación y acelera la tasa metabólica en reposo.

## SÍNTOMAS COMUNES:

- Reducción del IMC, de la masa grasa y de la circunferencia abdominal
- Aumento y preservación de la masa magra y de la fuerza muscular
- Mejora de los parámetros cardiometabólicos (glucemia, perfil lipídico y presión arterial)
- Aumento de energía diaria, de vitalidad e de eficiencia metabólica

**CÓMO EL EQUILIBRIO HORMONAL FAVORECE LA REDUCCIÓN DE GRASA.**