



STRESS E SAÚDE HORMONAL MASCULINA



O stress crónico provoca uma elevação contínua dos níveis de cortisol, o que inibe a libertação da hormona luteinizante (LH) no cérebro e compromete diretamente a produção de testosterona pelos testículos. Além disso, a hiperativação do sistema nervoso simpático e o hábito de vida sob constante pressão aceleram a fadiga, promovem a Perda de Massa Magra e desregulam o eixo hormonal masculino (DAEM).

SINTOMAS COMUNS:

- Diminuição da libido, perda de motivação e alterações na ereção
- Fadiga persistente, astenia e incapacidade de recuperar do esforço físico
- Irritabilidade, ansiedade, humor depressivo e problemas de sono
- Perda de força muscular e tendência para a acumulação de gordura abdominal

**PROTEGER OS SEUS NÍVEIS
DE TESTOSTERONA DO
IMPACTO DO CORTISOL.**

