

“Um desejo realizado começa com uma dúvida e vai evoluindo para a concretização. Ouse duvidar.”

NEWSLETTER

Editorial

Muito obrigado!

Mês de Março...quantas conquistas para nós, mulheres!
Quantas adversidades misturadas com conquistas!
E neste número vamos falar da conquista de estarmos bem e com saúde: gravidez aos 40, reposição hormonal, testosterona, resveratrol e até dica de livros! Fica com a gente!

Equipe Quintessence



Fé na vida e na biologia

“Ciência e vida cotidiana não podem e não devem ser separadas. Ciência para mim dá uma explicação parcial da vida.

Sua fé repousa no seu futuro e no dos outros, como indivíduos.

Rosalind Franklin, pioneira da biologia molecular.

”



Gravidez aos 40 anos, ainda dá tempo?

O número de mulheres acima dos 40 anos que desejam engravidar mais que dobrou em dez anos, segundo o IBGE ao mesmo tempo que a medicina andou a passos largos em direção à fertilidade, então se você precisou adiar o sonho de ser mãe devemos ficar atentas a duas coisas importantes:

1. Como está o seu sistema reprodutivo incluindo os seus hormônios e;
2. Como andam os outros hormônios.

Que você precisa olhar para como está a condição do seu ovário, ninguém duvida, mas será que é só os ovários? Não.

Mesmo eles sendo muito importantes, não são as únicas fontes de sustentação hormonal para se gerar uma vida, é preciso mais!

Cortisol, hormônio da tireóide, supra-renais, pâncreas e insulina são os outros hormônios que completam a lista.

Então você, futura mamãe que deseja engravidar ainda este ano, deve olhar para todos esses, ok?

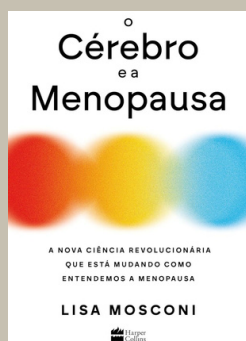
CUIDANDO DAS MITOCÔNDRIAS OVARIANAS!

Como dissemos, a "corrente do bem" hormonal deve ser vista integralmente, sem ela, fica mais desafiador o seu processo.

Enquanto isso, a "usina elétrica" das suas células ovarianas precisam funcionar a todo vapor! Sim, as mitocôndrias dessas glândulas precisam produzir a melhor energia que puderem neste período de tentativas:

D-Ribose, L-carnitina e Coenzima Q10 são o trio que vai te ajudar a manter o bom funcionamento enquanto você checka seus hormônios. Experimente!

Dica de Livro



Cérebro e a Menopausa

Neste livro, a Dra. Lisa Mosconi explica como a menopausa altera nosso humor, emoções e até decisões devido à redução deste hormônio esteróide tão importante no cérebro chamado ESTRADIOL.

Vale a pena a leitura.

Resveratrol

Funções do Resveratrol:

1. Redução dos radicais livres que podem envelhecer a pele;
2. Redução dos Radicais Livres que podem causar demência;
3. Reduz riscos de câncer;
4. Prevenção de doenças cardíacas;
5. Auxilia no controle do Diabetes.



Menopausa, reposição do estrogênio mais segura: Chegou ChellMax!

Faço Modulação hormonal em mim e nas minhas pacientes já há muitos anos! Pelo menos há 17 anos completos em 2025 e vou te dizer uma coisa, há uma mudança na qualidade de vida da noite para o dia. Em algumas demora mais que outras, mas sempre muda alguma coisa.

O cérebro é o grande órgão afetado pela baixa de estradiol, há uma mudança de humor drástica quando entramos na menopausa e isto maltrata muito a nós, mulheres, e a quem está do nosso lado.

Na menopausa também temos aumento de gordura abdominal que por si gera um estrogênio ruim, o xenoestrogênio. Ele só nos faz mal e deve ser combatido para que a reposição seja mais segura!

Hoje, na Quintessence podemos fazer isso ao mesmo tempo, dar o bom hormônio e tirar o mau hormônio com a Quelação inalatória chamada ChellMax. É natural e indolor fazendo que com a reposição seja mais satisfatória. Venha repor seu estradiol sem medo!

Na menopausa convivemos com o paradoxo da falta do bom estrogênio (pela pausa dos ovários) e excesso do mau estrogênio, o xenoestrogênio produzido pela gordura branca abdominal. É este último que devemos combater!