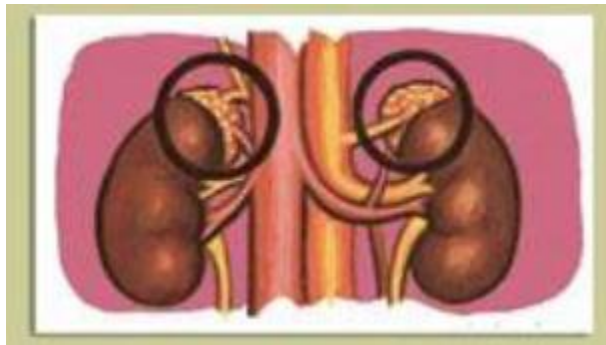


## **Síndrome de Estrés Adrenal**

Síntomas comunes de las glándulas adrenales exhaustas:

- ✓ Energía baja/fatiga crónica, mareos al pararse, los ojos sensibles al sol,
- ✓ asma y alergias, problemas de los músculos y las articulaciones,
- ✓ síndromes relativos al estrés, ansias, ataques de pánico, estrés del
- ✓ azúcar sanguínea, insomnio, disminución del deseo sexual, desorden afectivo estacional,
- ✓ problemas digestivos, problemas del corazón y tiroides. Si
- ✓ usted ve el listado de síntomas, se da cuenta que son la mayoría de los
- ✓ problemas de salud que encontramos hoy en nuestra sociedad.

### **Las Glándulas Adrenales**



### **Las Glándulas Adrenales**

1. Transductor Neuroendocrino (Comunicación entre el sistema nervioso y el sistema endocrino)
2. Sistema de redundancia del cuerpo
3. Las glándulas de estrés del cuerpo

### **Hipoadrenia Funcional** (glándulas adrenales de funcionamiento bajo):

1. La mayoría de los doctores no consideran que hay una hipo-función de la glándula adrenal hasta que la enfermedad de Addison se presenta. Es una condición médica grave que pronto resulta en el muerte si no hay intervención médica inmediata.

2. hipoadrenia funcional normalmente resulta del estrés físico, químico, termal y/o emocional prolongado. La mayoría de nosotros sufre de hipoadrenia funcional como resulta de nuestro estilo de vida de alto estrés. Varias funciones del cuerpo dependen del apoyo de las glándulas adrenales. Sin la salud adrenal adecuada, estamos susceptibles a una variedad de enfermedades que ahora son comunes en nuestra sociedad.

3. El buen estado de la glándula adrenal y la reconstrucción requieren de un sistema nervioso balanceado y del funcionamiento del azúcar sanguíneo.

### **Prueba Adrenal**

Las glándulas adrenales pueden ser testeadas con pruebas de sangre y la orina pero la mejor evaluación para problemas adrenales funcionales es testear los músculos con Kinesiología Aplicada y pruebas salivales.

### **Funciones de las glándulas adrenales:**

#### 1. Glucocorticoides

- ✓ Antiinflamatorio
- ✓ Aumento de quema de grasas suficiente glucosa (azúcar sanguínea)
- ✓ Promociona el uso de proteína

#### 2. Mineral-corticoides

- ✓ Pro inflamatorio
- ✓ Regula electrolitos y balance de agua
- ✓ Regula presión sanguínea

#### 3. Hormonas de Sexo

- ✓ Regulan función de las hormonas reproductivas

#### 4. Epinefrina y no-epinefrina

- ✓ Mejora el flujo de sangre a los músculos
- ✓ Promociona la quema de grasa y azúcar
- ✓ Control del sistema nervioso Simpático y Parasimpático
- ✓ Síndrome de Adaptación General
- ✓ Es la predisposición de las glándulas adrenales al cansancio excesivo mientras estamos bajo estrés.

#### **3 fases**

1. Reacción de Alarma: Producción de las hormonas adrenales aumentada. Esto ocurre cuando estamos bajo una forma de presión (estructural, química, emocional, termal). Nuestras glándulas adrenales secretan hormonas que ayudan a apoyar el cuerpo para que podamos funcionar normalmente mientras bajo estrés.

2. Fase de Resistencia: Es la fase en que los síntomas físicos de la TRÍADA DE ESTRÉS ADRENAL comienzan. Este tríada consiste en la ampliación adrenal (problemas hormonales), atrofia de las estructuras linfáticas (problemas inmunes), y úlceras gástricas/duodenales (problemas digestivos). Esta fase ocurre cuando hemos estado en la fase de alarma y el estrés a que estamos expuestos no está aliviado. El apoyo adrenal plano y el estrés constante debilitarán a las glándulas.

3. Fase de Cansancio Excesivo: Finalmente, las glándulas adrenales van a estar exhaustas porque no pueden adaptarse al estrés. Esta es la fase donde notaremos problemas extremos en nuestra salud porque nuestras glándulas han renunciado. Se les exigió demasiado sin descanso ni reabastecimiento.

#### **Problemas de Salud Secundarios causados por la insuficiencia adrenal:**

La función adrenal pobre puede causar casi cualquier problema en el cuerpo directa o indirectamente. Unos de los problemas más comunes que se trata con los adrenales son los problemas de la TIROIDE, en el aspecto funcional. Otro problema es cualquier condición que termina con "...ITIS." Esto incluye, la miofascitis, bursitis, artritis, iritis, colitis, dermatitis, etc. Esto es porque el 85% de la producción de la medula adrenal es cortisol. Si usted va a un doctor convencional para cualquier inflamación crónica, normalmente quieren darle algún tipo de medicamento cortisol/corticoide. Esto puede ser muy malo para las glándulas adrenales porque si uno les da corticoide de origen externo las glándulas adrenales, eventualmente, alterarán su propia producción de corticoide. Lo que queremos hacer es apoyar a las glándulas adrenales a volver a funcionar normalmente y evitar crear más problemas.