

<b>HORMONAS FEMENINAS</b>	<b>FUNCIÓN</b>	<b>DESEQUILIBRIO</b>
<b>Estrógenos</b>	Regulan la actividad del aparato genital, favorecen la flexibilidad de los capilares, la resistencia de los huesos y previenen determinados problemas respiratorios. Encargados de la distribución de la grasa corporal	Cuando bajan hay nerviosismo, ansiedad, irritabilidad, depresión, dolores musculares, sofocos, molestias premenstruales, riesgo de osteoporosis.
<b>Progesterona</b>	Interviene en el ciclo menstrual y en la actividad del aparato genital. En días previos a la menstruación: aumenta la parte glandular del pecho, estimula retención de agua y sal, efecto depresivo.	Si hay desequilibrio y aumenta, el cuerpo retiene más líquido y se hincha (pueden darse náuseas, irritabilidad, somnolencia y cansancio).
<b>DEA.</b>	Aumenta la resistencia del cuerpo ante la fatiga y mejora la elasticidad de músculos y piel.	Si desciende, pueden aparecer debilidad y dolores musculares, fatiga acusada, pérdida de memoria y bajada de defensas.
<b>Testosterona.</b>	Aumenta el deseo sexual femenino, favorece la autoestima y hace que el cuerpo retenga menos grasa y la elimine más fácilmente.	Su aumento provocaría agresividad e irritabilidad; su bajada, pérdida de deseo sexual.
<b>Cortisol.</b>	Regula la respuesta del organismo ante el estrés, activando la producción de adrenalina.	Si suben sus niveles puede aparecer nerviosismo, ansiedad y taquicardias. Si son muy bajos, cansancio, desánimo y disminución de la masa muscular.
<b>Oxitocina.</b>	Aumenta la sensibilidad del aparato genital, el deseo y el grado de placer en las relaciones sexuales.	Si desciende, habría pérdida del deseo sexual e imposibilidad para llegar al orgasmo.
<b>Tiroideas.</b>	Regulan el metabolismo y la forma en que el cuerpo quema las calorías de los alimentos.	Cuando baja su cantidad pueden aparecer subidas de peso, fatiga crónica y depresión. Si es demasiado alta, pérdida de peso, problemas en los ojos, convulsiones, incapacidad para relajarse y ansiedad.
<b>HORMONAS MASCULINAS</b>	<b>FUNCIÓN</b>	<b>DESEQUILIBRIO</b>
<b>Andrógenos: Testosterona, Androsterona Androstendiona</b>	Desarrollo de los tejidos reproductivos masculinos, testículos y próstata. Desarrollo de los caracteres sexuales secundarios: incremento de la masa muscular y ósea, el crecimiento del pelo corporal, modificación del aparato vocal. Producción de esperma. Inhibición de la deposición de grasa. Regulación de la agresividad y la libido.	Si la producción de andrógenos es baja se desarrollaría menor masa muscular y ósea, poco crecimiento del pelo corporal, voz menos grave, apariencia andrógina, falta de deseo sexual, escasa producción de esperma, mínima agresividad.