

HORMONAS FEMENINAS	FUNCIÓN	DESEQUILIBRIO
Estrógenos	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.
Progesterona	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).
DEA.	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.
Testosterona.	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.
Cortisol.	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.
Oxitocina.	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.
Tiroideas.	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.
HORMONAS MASCULINAS	FUNCIÓN	DESEQUILIBRIO
Andrógenos: Testosterona, Androsterona Androstendiona	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.