

# Estera Fase III

## Fórmula de mantenimiento para la Mujer



### Posicionamiento

Estera Fase III Fórmula de mantenimiento para la Mujer contiene una mezcla (pendiente de patente) de fitoestrógenos –compuesta a base de plantas– lignanos de semilla de lino e indole 3 carbinol (I3-C), que trabajan junto con el hígado para eliminar los metabolitos no deseados. Estera Fase III ayuda a la salud cardiovascular, muscular, tejidos de la piel y huesos sanos, así como funciones cognitivas y ayuda a mantener sanos los perfiles de lípidos en mujeres que están, o han pasado ya por la menopausia.

### Conceptos

**Fluctuaciones hormonales normales.** Las hormonas están involucradas en casi todas las funciones del cuerpo –desde el ciclo de reproducción hasta qué tan rápido late el corazón o los cambios de piel y apareamiento de arrugas; desde cuánto eres capaz de recordar hasta qué tan veloz es tu pensamiento o cuánta energía posees día a día. Afecta la forma en que tus huesos y músculos crecen o se desintegran, los síntomas normales del SPM; en dónde acumula tu cuerpo la grasa, y la fortaleza y dirección de todas tus emociones. Durante la menopausia, es esencial para la mujer entender el impacto de las fluctuaciones normales de hormonas y cómo afectan su calidad de vida. Cuando una mujer alcanza la menopausia, la producción de estrógenos y progesterona disminuye drásticamente. Es claro que la nutrición y la vida sedentaria incrementan enormemente los síntomas y características de salud de esta etapa de la vida. La fortaleza de los huesos y la salud del corazón se convierten en una gran preocupación durante la menopausia por el importante rol que juegan en ello los estrógenos.

**Metabolitos hormonales.** El hígado es responsable de metabolizar de forma segura los químicos y excretarlos de tu cuerpo. El metabolismo normal de las hormonas en tu cuerpo resulta de una proporción única de dos metabolitos diferentes: 2-hidroxiestrón y 16-alfahidroxiestrón. La proporción de estos dos metabolitos producidos por el hígado, es única en cada mujer, 2-hidroxiestrón un metabolito neutral, es producido en una proporción más sana cuando estás en el peso ideal saludable, consumes dietas bajas en grasas y altas en consumo de frutas y vegetales, y haces ejercicio frecuentemente. Es importante incorporar dietas y estilos de vida que ayuden al hígado a producir más metabolitos sanos como el 2-hidroxiestrón y reducir la producción de los

indeseables como el 16-alfahidroxiestrón. Al incorporar hábitos saludables desde edad temprana, una mujer recibirá beneficios sanos durante toda su vida.

**Síntomas menopáusicos.** Distracción, sequedad vaginal, orina frecuente, despertarse con frecuencia por la noche, cambios de humor, bochornos, disminución del deseo sexual y disminución en la capacidad de recordar información o concentrarse, son algunos de los síntomas que experimentan las mujeres en la etapa menopáusica de la vida.

En resumen, las mujeres enfrentan tres áreas de preocupación durante la menopausia:

1. Entendimiento del impacto a largo plazo que tienen las fluctuaciones hormonales en la salud.
2. Incorporación de dietas y hábitos que ayuden al hígado a eliminar los metabolitos indeseables.
3. Direccionar los síntomas comunes de la menopausia

### Principales Beneficios:

- Proporciona poderosos fitoestrógenos –compuestos herbolarios que se unen a los receptores de estrógenos del cuerpo. Estos deberían ser incorporados dentro de la dieta de la mujer para mejorar la densidad de los huesos, perfiles de lípidos y disminuir la concurrencia de síntomas menopáusicos y otras circunstancias relacionadas con la salud de las etapas de la vida.
- Una combinación de -lignanos de semilla de lino e indole 3 carbinol (I3-C) brinda protección a metabolitos indeseables y potencialmente peligrosos durante la vida.
- Ofrece alivio a los síntomas asociados a la menopausia, incluyendo, pero no limitado a la sequedad vaginal, orina frecuente, sudores nocturnos, bochornos, disminución del deseo sexual y disminución en la capacidad de retener información y concentrarse.

### ¿Qué hace único a este producto?

- Estera Fase III Fórmula de mantenimiento para la Mujer es el primer producto en la industria que provee una combinación de ingredientes que ataca las tres preocupaciones principales de la mujer durante la etapa de la menopausia.

# Estera Fase III

- Los ingredientes clave están formulados en niveles que han sido encontrados como efectivos en pruebas clínicas y en las dosis óptimas para mujeres post menopáusicas.
- Posee la fuente propia del 64% genistein de las isoflavonas de soya –el más potente de los extractos de soya en el mercado que retiene las proporciones de isoflavonas que se encuentran naturalmente en las semillas de soya.
- Contiene un flavonoide con uno de los más altos valores ORAC de antioxidantes que pueden encontrarse en la naturaleza, así como fitoestrógenos complementarios.
- Incluye una mezcla (pendiente de patente) de genistein y extracto de granada que brinda una alta concentración de fitoestrógenos, que se unen a los receptores de estrógenos del cuerpo y son metabolizados en forma fácil y segura. Esta mezcla también contiene lignanos de semilla de lino e indole 3 carbinol (I3-C) que ayuda a la actividad enzimática en el hígado para eliminar los metabolitos indeseables.
- Esta línea única de productos reúne las tres fases principales del ciclo de vida de la mujer, proporcionando nutrientes que fortalecen y protegen a la mujer en el momento presente y en el futuro – “Para la mujer, para la vida”.
- La línea Estera edificada en los fundamentos del LifePak para mujeres y Optimum Omega, brindando un excelente camino nutricional para una óptima salud.
- Estera es un producto para mujeres hecho por mujeres.

## ¿Quién debe usar este producto?

Cualquier mujer en sus años menopáusicos debe usar este producto.

## ¿Sabías que?

La transición a la menopausia es comúnmente llamada perimenopausia.

Durante la perimenopausia, los períodos podrían volverse irregulares y podrían aparecer los primeros síntomas de la menopausia.

La perimenopausia usualmente inicia alrededor de dos a cuatro años previos a la última menstruación y dura hasta aproximadamente un año después del último período.

La menopausia está marcada por el último período de menstruación de la mujer.

Las mujeres postmenopáusicas corren mayores riesgos de afecciones de huesos y cardiovascular.

## Preguntas frecuentes

¿Cuáles son los ingredientes clave del Estera III?

Estera fase III contiene un poderoso fitoestrógeno proveniente de las isoflavonas de soya, el genistein, el extracto más potente en el mercado que retiene la fracción de las isoflavonas de soya. También ofrece una mezcla de I3-C y de los lignanos de la semilla de lino que apoya la actividad enzimática en el hígado para eliminar los metabolitos indeseables, así como extracto de brócoli y de granada.

¿Cuál es la mezcla (pendiente de patente) de ingredientes en los suplementos de Estera™?

La fundación de la línea de Estera™ de suplementos alimenticios es una mezcla de fitoestrógenos y de inductores potentes de la enzima, incluyendo genistein, la granada, I3-C, y lignanos del lino. Estera™ es la primera línea de productos del mercado para combinar dosificaciones eficaces de fitoestrógenos con inductores de enzimas.

¿Por qué este producto contiene las isoflavonas de soya?

La soya contiene naturalmente las isoflavonas, que son potentes fitoestrógenos. Las dos isoflavonas predominantes, el genistein y el daidzein tienen una proporción natural de tres a uno, respectivamente. Genistein ha sido investigado como fitoes-

trógeno disponible en el mercado, con un número de estudios clínicos verificando sus características.

¿Cómo se estandariza el genistein en Estera™?

Las isoflavonas se encuentran naturalmente en productos de soya. Sin embargo, el nivel de isoflavonas en productos de soya varía, basado en la cosecha, la fabricación y los métodos de la preparación. Por lo tanto, para proporcionar un producto constante de fitoestrógenos en tu dieta diaria, Pharmanex proporciona un extracto estandarizado de 64% de isoflavonas con 40 % de genistein. Éste es el extracto más alto, los productos de soya en el mercado se estandarizan en la actualidad solamente al 40% de isoflavonas.

## Estudios Clave

1. Setchell KDR, Lydeking-Olsen E. Dietary phytoestrogens and their effect on bone: evidence from in vitro and in vivo, human observational, and dietary intervention studies. Am J Clin Nutr 2003;78(suppl):593s–609s.
2. Cotter AC, Cashman KD. Genistein appears to prevent early postmenopausal bone loss as effectively as hormone replacement therapy. Nutr Rev 2004;61(10):346–51.
3. Atkinson C, Compston JE, Day NE, Dowsett M, Bingham SA. The effects of phytoestrogen isoflavones on bone density in women: a double-blind, randomized, placebo-controlled trial. Am J Clin Nutr 2004;79(2):326–33.
4. Michnovicz JJ, Adlercreutz H, Bradlow HL. Changes in levels of urinary estrogen metabolites after oral indole-3-carbinol treatment in humans. J Natl Cancer Inst 1997;89(1):718–723.
5. Morabito N, Crisafulli A, et al. Effects of Genistein and Hormone Replacement Therapy on bone loss in early postmenopausal women: a randomized, double-blind, placebo-controlled study. J Bone Min Res 2002;17:1904–1912.

## Información Nutricional

Tamaño de la porción: 1 cápsula

Porciones por envase: 60

Cada porción contiene:

|                                                |                     |
|------------------------------------------------|---------------------|
| Contenido energético                           | 7,92 kcal (1,87 kJ) |
| Proteína                                       | 150 mg              |
| Carbohidratos (Hidratos de Carbono)            | 215 mg              |
| Grasa (Lípidos)                                | 45 mg               |
| Sodio                                          | 2,45 mg             |
| Isoflavonas de soya (Glycine max)              | 5 mg                |
| Semilla de lino (Linum asitissium)             | 15 mg               |
| Extracto de fruto de granada (Punica granatum) | 20mg                |
| Polvo de brócoli (Brassica oleraceae)          | 25 mg               |
| Silicio (Dióxido de Silicio)                   | 5 mg                |

**Advertencias:** No se debe al alcance de los niños. Si está embarazada, lactando o consume con regularidad cualquier medicamento, consulte a su médico, antes de tomar suplementos alimenticios.

No se añade azúcar, sal, levadura o derivados lácteos a este producto.

No contiene conservadores, colorantes o saborizantes artificiales.