Cellula_Fiche PATHO_Equilibre HORMONAL.pdf 1 02/06/2025 16:25

SOLUTIONS
MICRONUTRITIONNELLES

1 - Régulation du climat oestrogénique

Trèfle rouge	Oméga-3 (/Cholestérol)
Sauge	Vit. B 1-2-3-5-6-9-12
Magnésium	Zinc

2 - Eviter l'excès d'aromatase

Limiter la conversion excessive des androgènes en œstrogènes (stress, inflammation, excès d'insuline, toxines).

Graines de lin	Oméga-3
Brocoli	Resveratrol
OPC de raisin	Thé vert
	Zinc

3 - Soutenir l'élimination des oestrogènes

Optimiser la détox hépatique (phases 1 &2 en améliorant le polymorphisme génétique) et les voies d'élimination (phase 3).

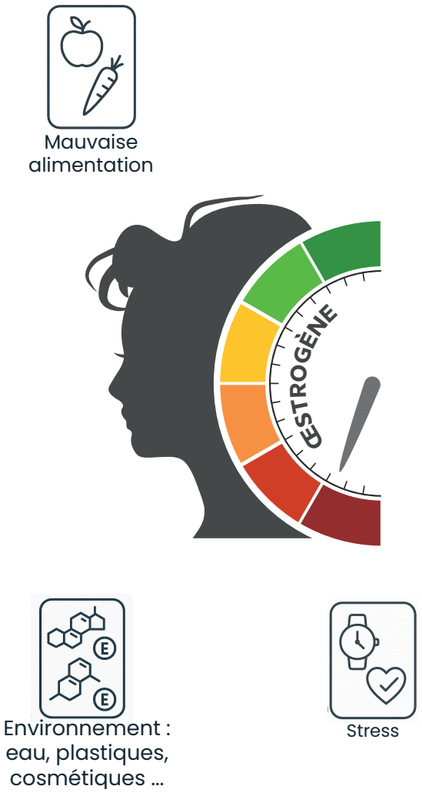
Brocoli	Sélénium
Chardon marie	Thé vert
Choline	Resveratrol
NAC	Vit. B 6-9-12
Pissenlit, Boldo,	Zinc
Gentiane jaune	

Cellula Pharm
CELLULAR HEALTH LABORATORY

CELLULA PHARM • 230 Route des Dolines • 06560 Valbonne
Tél : 04 92 93 22 14 • Mail suivi commande : contact@cellula-pharm.com
Site web : www.cellula-pharm.com

Cellula Pharm
CELLULAR HEALTH LABORATORY

SYSTÈME HORMONAL



Un équilibre fragile

L'équilibre hormonal, est essentiel à la santé globale.

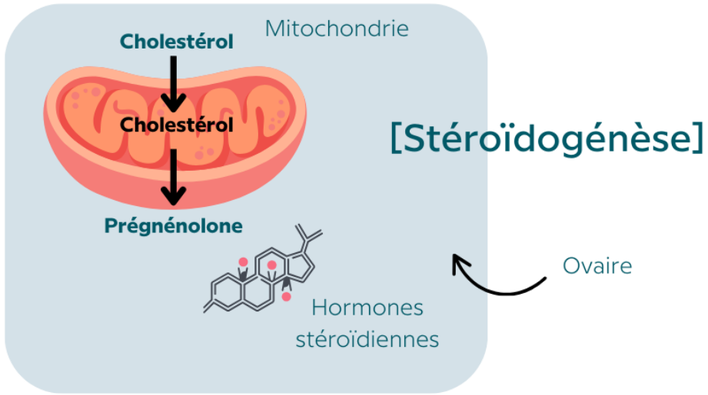
Il est fragilisé par notre mode de vie moderne.

Les perturbateurs endocriniens : xénobiotiques, mauvaise alimentation, l'eau, les plastiques, les cosmétiques... contribuent à de nombreuses pathologies hormonales (endométriose, syndrome prémenstruel ...)

Cellula_Fiche PATHO_Equilibre HORMONAL.pdf 2 02/06/2025 16:25

PHYSIOPATHOLOGIE BIOCHIMIQUE DES DÉSÉQUILIBRES HORMONAUX

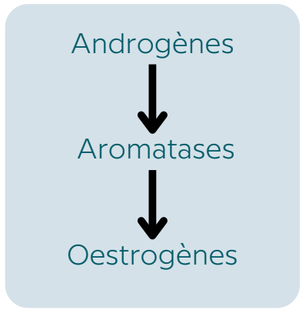
1 - La synthèse des œstrogènes : 2 éléments indispensables



Pour être optimale, elle nécessite :
- Un apport suffisant en cholestérol
- Un bon fonctionnement mitochondrial

En effet, la synthèse des hormones stéroïdiennes débute dans les mitochondries, où le cholestérol est converti en prégnénolone, étape clé du processus.

2 - Oestrogènes sous influence : l'effet boomerang de nos habitudes

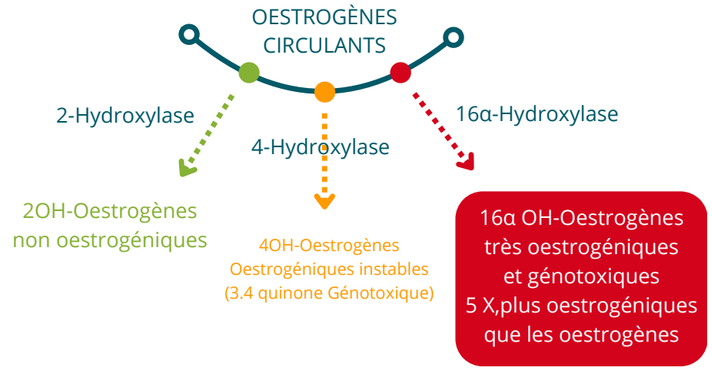


Notre mode de vie moderne : un frein à l'équilibre
"Grassification" de la population, stress chronique, alimentation transformée, perturbateurs endocriniens (xénobiotiques ...)
Notre mode de vie favorise un excès d'aromatase, une enzyme qui transforme les androgènes en œstrogènes.
Résultat : une hyperœstrogénie relative, parfois à l'origine de troubles hormonaux, inflammatoires ou métaboliques.

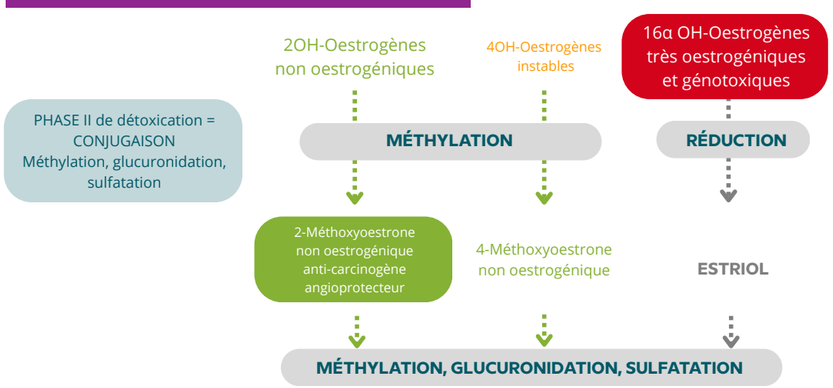
LA DETOXICATION DES HORMONES

L'élimination des œstrogènes repose principalement sur le système hépatique de détoxication. Les enzymes responsables des phase I et II font l'objet d'un polymorphisme important.

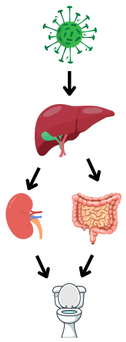
PHASE 1 : BIOTRANSFORMATION



PHASE 2 : CONJUGAISON



PHASE 3 : ELIMINATION



Après les deux phases hépatiques, les hormones peuvent être éliminées :

- **Dans les urines**
- **Dans les selles via la bile**

Il faut alcaliniser le PH pour rendre l'élimination plus active via les tubules rénaux.

Attention au microbiote qui peut engendrer et perturber l'élimination des oestrogènes (action des glucuronidases) entraînant une recirculation dans le système.