

* ESTRESSE *

Úlcera, gastrite, refluxo, irritações intestinais, alergias, azia, queimação, eructação, incômodo no esôfago, dor de estômago, empachamento, estufamento abdominal, aumento na formação de gases, enjoo ou saciedade por longos períodos.



ESTRESSE

SISTEMA NERVOSO CENTRAL (SNC)

ALTERAÇÕES ESTÔMAGO E INTESTINO

Estresse só é vilão quando crônico, já que se torna gatilho para diversas doenças.

Neste material, a atenção especial será para as alterações gastrointestinais. Veja abaixo o que o estresse crônico pode causar:

* Pode levar a longos períodos sem comer (reduzindo muco protetor do estômago e duodeno) e levando a lesão e inflamação como Ulcerações ou Gastrite.

* Pode alterar a coordenação entre deglutição e relaxamento do esfíncter levando ao Refluxo esofágico

* ÚLCERA
* GASTRITE
* REFLUXO
* MÁ DIGESTÃO
* DESNUTRIÇÃO
* ALTERAÇÕES INTESTINAIS

ENTRE OUTROS...

↓ ÁCIDO CLORÍDRICO E ENZIMAS

↓ MUCO PROTETOR

ALTERA MICROBIOTA INTESTINAL

↑ DEMANDA DE MICRONUTRIENTES

GATILHO PARA DOENÇAS AUTOIMUNES

* O estresse gera uma demanda extra de micronutrientes, exatamente em um momento que a absorção se encontra debilitada, causando desnutrição.

* Pode inibir movimentos espontâneos gástricos, reduz a secreção de ácidos e enzimas digestivas levando à má digestão.

* Pode levar a alterações intestinais de leves a severas causadas pela má digestão, altera a microbiota intestinal, levando a inflamação e a baixa absorção de nutrientes com impacto na imunidade entre tantos outros sistemas.

* Também funciona como um gatilho autoimune piorando a saúde em pessoas com predisposição.

