

▷ Tipos de hormonas:

- **Esteroides:** Estas se derivan del colesterol, ejemplo las producidas por las glándulas sexuales. Son liposolubles, esto es, que pueden disolverse en los lípidos.

- **Hormonas no esteroideas:** Están compuestas de aminoácidos. No son solubles en grasas, así que no se pueden diseminar a través de la membrana plasmática de las células.

- Hormonas Animales

- Se producen en glándulas y actúan en células.
- Funcionan con intervención del sistema nervioso.

- Hormonas vegetales

- Su producción se realiza en distintas localizaciones (en células) y actúan en otras zonas.
- No existe nada similar al sistema nervioso.

- Incluso en estado adulto, los vegetales conservan células con características embrionarias, incluso mantienen durante toda su vida capacidad de revertir su programa de diferenciación celular.

"La química de la felicidad"

Estos son los principales neurotransmisores que produce el cerebro para hacer nuestra vida más placentera.

-Endorfina:

Es el magnesio natural una respuesta al dolor



• Serotonina:

Relacionada con la autoestima y la confianza
aumenta cuando nos sentimos importantes



• Dopamina:

Relacionada con las adicciones y la búsqueda
de placer es la que nos motiva a cumplir nuestros
deseos y necesidades.





• Oxitocina

Relacionada con los vínculos emocionales y afectivos, como la intimidad, la confianza y la fidelidad.

