

Importante

La información proporcionada en este díptico está únicamente relacionada con la Ecdisterona en general. La imagen utilizada para la portada no indica que sea mejor o peor producto que el de otras casas comerciales



1. Muñoz M. ¿Qué es la Ecdisterona y para qué sirve? Esto dice la ciencia sobre este suplemento [Internet]. España: Fitgeneration; ©2023. [Consultado 13 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://fitgeneration.es/ecdisterona/>

2. Bernabéu Hernández, David. Ecdisteroides como agente anabólico no convencional utilizado en el deporte [TFG en internet]. Alicante: Universitat Miguel Hernández de Elche; 2021. [Consultado 13 de noviembre de 2023]. Disponible en: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/26190/1/TFG-Bernabeu%20Hern%C3%A1ndez%20David.pdf>

¿Por qué es conocida?



Se utiliza comúnmente para aumentar la masa muscular

La Beta-Ecdysterona, también llamada y más conocida como Ecdisterona pertenece al grupo de los ecdisteroides, unos esteroides naturales que se encuentran en algunas plantas e insectos.

A diferencia de los esteroides androgénicos del ser humano como pueden ser todos los derivados de la testosterona, **la ecdisterona no induce la expresión de genes** sino que influye en las vías bioquímicas fuera de los núcleos de las células musculares y con el resultado final se **aumenta la síntesis de proteínas musculares**, favoreciendo de esta manera la construcción de masa magra

Dosis recomendada

Se recomienda comenzar con una dosis de 0,15mg por kilo de peso al día hasta llegar a 0,6mg por kilo de peso.

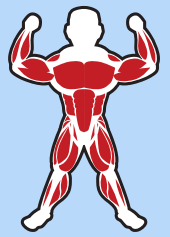


Efecto secundario poco común

→ Ginecomastia

Si se produce ginecomastia o síntomas somáticos hormonales es debido a que se está consumiendo más dosis de la recomendada.

Efectos



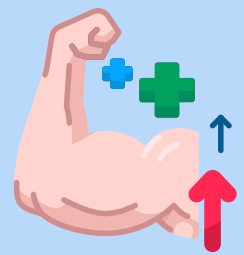
Aumento de la masa muscular



Aumento de la fuerza



Reduce la fatiga



Facilita la recuperación muscular

¿Es recomendable?

Aunque en ratones tiene una alta eficacia para el aumento de la masa muscular en humanos los estudios tienen resultados mixtos. Hay que realizar mayor investigación en humanos para corroborar que si produce dicho efecto



Las investigaciones que han proporcionado los posibles efectos no cuentan con suficiente evidencia científica