

180 the concept explica por qué la morfología corporal puede frenar las metas estéticas

Desde la firma nutricosmética 180 the concept explican por qué no todas las personas responden de la misma forma a los suplementos nutricosméticos y cómo mejorar los resultados

Muchas veces se observa que una persona responde positivamente a una pauta alimentaria o a un suplemento nutricosmético que a otras personas no les funciona. ¿Se sabe por qué sucede esto? Desde la firma nutricosmética 180 the concept dan todas las claves.

El impacto de la morfología corporal en las metas estéticas

"Dos de los factores que juegan un mayor papel en esta cuestión es la estructura del cuerpo y la forma en que la grasa se distribuye en él, ambos afectan a la absorción y efectividad de los ingredientes que se ingieren. Sabiendo ambas cuestiones se puede actuar en consecuencia" indica Gema Cabañero, directora de I+D+i de la firma nutricosmética 180 the concept.

Así pues, según la distribución de la grasa en el cuerpo y de la estructura, se diferencia entre morfología androide o morfología ginoide.

"Esta clasificación es esencial en nutricosmética, ya que ambos tipos de cuerpos presentan diferentes necesidades nutricionales, puesto que el sistema hormonal es aquí el gran protagonista" explica Gema Cabañero.

"Dentro de la morfología androide se puede diferenciar entre tres subtipos de figura. Todas se caracterizan porque la grasa, principalmente, se acumula en la parte superior del cuerpo" indica la experta. A continuación explica cada una de ellas:

Tipo tubo: las personas con esta morfología tienen un contorno corporal recto, con poca diferencia entre las medidas de la cintura y la cadera. Suelen presentar brazos y piernas delgados y poco tonificados. Su metabolismo es rápido y tienden a perder peso fácilmente. Hormonalmente, pueden verse influenciados por un metabolismo regulado por la tiroides y niveles controlados de insulina. Estos factores son realmente importantes, ya que si se desajustan pueden conllevar dificultades para mantener un peso saludable.

Tipo manzana: "principalmente se acumula grasa en la parte superior del cuerpo, especialmente en el abdomen. Son personas propensas a tener problemas metabólicos" añade Gema Cabañero. Este tipo de figura suele presentar niveles elevados de cortisol debido al estrés, contribuyendo a una mayor acumulación de grasa visceral. En estos casos, la insulina juega un papel importante y es que, las personas con esta morfología, suelen presentar resistencia a esta hormona, lo que empeora la acumulación de grasa abdominal y aumenta el riesgo de desarrollar síndrome metabólico.

Tipo reloj de arena: son personas que se caracterizan por tener una figura con hombros y caderas de

ancho similar y una cintura bien definida. Tienen tendencia a acumular grasa en caderas y muslos y, en estos casos, la regulación de estrógenos es clave, ya que un nivel adecuado de esta hormona ayuda a mantener la distribución de grasa subcutánea y la tonificación muscular.

En cuanto a la morfología ginoide, la experta menciona que "se caracteriza por la acumulación de grasa en la parte inferior del cuerpo. Se suele conocer comúnmente como morfología pera".

A diferencia de la morfología androide, esta morfología se distingue por tener una estructura corporal con hombros estrechos y caderas más anchas. La mayor parte de la grasa se acumula en la zona de caderas, muslos y glúteos.

"En esta morfología es importante destacar el papel de las hormonas femeninas y masculinas. Los estrógenos, las hormonas sexuales femeninas, son las principales responsables de esta particular distribución de grasa. Por su parte, la progesterona, también juega un papel clave en la retención de líquidos y en la percepción de volumen en la parte inferior del cuerpo", indica Cabañero.

Los cambios en los niveles de estrógenos, como los que ocurren durante la menopausia, pueden provocar una redistribución de la grasa hacia el área abdominal, convirtiendo la morfología en más androide.

"En base a estas categorías y sus subtipos, los profesionales podremos realizar una combinación nutricional determinada para resolver problemas estéticos aparentemente parecidos, como puede ser la pérdida de grasa, pero que en cada caso tendrán una causa diferente" añade la experta.

Un plan nutricosmético personalizado según la morfología

"En 180 the concept le otorgamos especial importancia al diagnóstico, por ello el exclusivo Diagnóstico de Alta Precisión 6D de la firma. Esta imagen global permite ver a los profesionales de la marca, entre otros datos, la tasa de grasas 'buenas' versus tóxicas, la funcionalidad del metabolismo basal, los desequilibrios hormonales que se hallan en la base del exceso de acumulación de grasa. Cada caso es único y este método permite elegir los ingredientes adecuados para conseguir los objetivos esperados" incide la directora de I+D+i de 180 the concept.

Los planes que se especifican a continuación responden a una pauta general, para un tratamiento personalizado será esencial tratarse con un profesional.

Plan Celulitis y Retención de Líquidos

Como se ha observado anteriormente, las personas con morfología ginoide tienden a retener mayor grasa corporal y toxinas en la zona inferior del cuerpo. Como consecuencia, es más probable que este tipo de morfología padezca celulitis, un trastorno metabólico caracterizado por una acumulación

excesiva de grasa, agua y toxinas.

"Las personas con figura tipo pera pueden beneficiarse de una dieta que limite los alimentos con alto índice glucémico para prevenir picos de insulina y mejorar la quema de grasa. La regulación de los estrógenos y la progesterona es importante para controlar la retención de líquidos y la acumulación de grasa tan propia de este tipo".

El Plan Celulitis, Circulación y Retención de líquidos de 180 the concept "gracias al citrus aurantium, la carnitina y la tirosina, estimula la lipólisis y activa los procesos del organismo para tratar los distintos tipos de celulitis, incluida la celulitis por glicación. A la vez mejora la circulación y contrarresta retención de líquidos tan típica en los ginoideos. Además, favorece la producción de colágeno y alisa la piel" añade Cabañero.

Entre otros de sus ingredientes también se encuentran la vitamina C, la vitamina E, la Bromelaína y la Taurina, que previenen y mejoran la salud cardiovascular.

Plan Vientre Plano

En caso de que se observe que la grasa corporal se instala con mayor facilidad en la zona abdominal, es probable que sea morfología androide.

"En estos casos es crucial controlar los niveles de cortisol mediante técnicas de manejo del estrés y dietas que reduzcan la inflamación. Además, también será esencial regular la insulina para prevenir la acumulación de grasa abdominal" indican desde 180 the concept.

Con el Plan Vientre Plano se ataca la causa de la distensión abdominal desde su origen interno. A través de activos como extracto seco de Maca y citrato de Magnesio se regula el estrés y se mejora la función del sistema endocrino. Además, se regula la microbiota y con el citrus aurantium se estimula la quema de grasas y tiene propiedades antiinflamatorias.

Por otro lado, "busca reforzar la inhibición de acúmulos de grasa gracias a ingredientes como cromo, el ortosifón, las algas kelp y el nopal que favorecen la absorción de grasas y reducen los niveles de azúcar en sangre".

Plan firmeza hombre y mujer

Si bien, muchas veces se relaciona la morfología ginoide con las mujeres y la androide con los hombres, esto simplemente quiere decir que la acumulación de grasa en esas personas se asemeja

más a la de la mayoría de los hombres (más de manzana) o de las mujeres (más de pera).

Desde 180 the concept se tratan ambas morfologías desde el Plan firmeza 180 the concept indicado para las necesidades de las mujeres y hombres andróides y el Plan firmeza Mujer enfocado en morfología ginoide.

Para ello incluye, entre otros ingredientes, colágeno, ácido hialurónico, maca y ginseng que hidratan y estimulan la síntesis de colágeno, combaten el estrés y optimizan el metabolismo. Además, su contenido en L-arginina refuerza los tejidos y equilibra el perfil hormonal, contribuyendo a una piel más tersa y firme.

Por su parte, el Plan firmeza mujer hace mayor hincapié en la regulación hormonal a través de activos como la dioscorea villosa, el sauzgatillo o la damiana.

"Los desequilibrios hormonales que afectan a las mujeres por distintos motivos como el embarazo o la menopausia tienen un impacto directo en la calidad de la piel. Gracias al aporte en vitamina C, vitaminas del grupo B y ácido fólico se mejora la síntesis de ácidos grasos y de los hidratos de carbono en el metabolismo para una menor acumulación de depósitos grasos y una piel más uniforme" añade Cabañero.

Datos de contacto:

Alba González
Masstige Comunicación
917.286.081

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Belleza](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>