

PROTOCOLO: GHK-CU

GHK-Cu (Glicil-L-Histidil-L-Lisina) es un péptido de cobre natural con potentes propiedades regenerativas, antiinflamatorias y antioxidantes. Está diseñado para estimular la síntesis de colágeno, reparar tejidos, mejorar la elasticidad de la piel y promover el crecimiento capilar.

Reconstitución y Aplicación

- Higiene:** Limpie siempre la tapa de goma del vial con alcohol antes de introducir la aguja.
- Reconstitución:** Diluya 50mg del liofilizado con **2.5 ml de Agua Bacteriostática** (mayor dilución para minimizar la irritación normal del cobre).
- Mezcla:** Inyecte el agua por la pared del vial. Gire suavemente, no agite, hasta que esté cristalino.
- Almacenamiento:** El producto debe mantenerse refrigerado (2°C - 8°C) inmediatamente después de ser reconstituido.
- Administración:** Aplique la inyección subcutánea, rotando diariamente el sitio de inyección para evitar sensibilidad local.
- Concentración:** 50 mg / 2.5 ml (Equivale a 1 mg por cada 5 unidades en jeringa de 100u).

Esquema de Dosificación Escalonada

Objetivo / Fase	Dosis (mg)	Frecuencia	Volumen (Jeringa 100u)
Semana 1 (Adaptación)	1.0 mg	Diario	5 Unidades
Semana 2-4 (Regeneración Activa)	1.5 mg	Diario	7.5 Unidades
Semana 5-8 (Dosis Óptima)	2.0 mg	Diario	10 Unidades
Semana 8-12 (Descanso / Ciclo Off)	0 mg	No aplica	No aplica

Criterio de Ciclo: El GHK-Cu se administra típicamente en ciclos de **4 a 8 semanas** seguidos de un mes de descanso. Esto previene la acumulación excesiva de cobre en el cuerpo y mantiene el equilibrio mineral.

Qué esperar del tratamiento:

- Semana 1-2:** Adaptación inicial. Es común experimentar sensibilidad o un leve enrojecimiento en el sitio de inyección. Inicio de efectos antiinflamatorios sistémicos.
- Semana 2-4:** Mejora visible en la elasticidad y textura de la piel, y aceleración en la cicatrización de lesiones menores o recuperación muscular.
- Semana 4-8:** Reducción de líneas de expresión, mayor densidad y crecimiento del cabello, alivio de dolores articulares y disminución de la inflamación crónica.
- Mes de descanso:** Mantenimiento de los beneficios regenerativos adquiridos y estabilización natural de los niveles de cobre y zinc.

Manejo de Efectos Adversos Comunes

Efecto	Prevención / Manejo
Dolor/Enrojecimiento local	Es muy común. Diluir con más agua bacteriostática, aplicar masaje suave y rotar estrictamente los sitios de inyección.
Sabor metálico	Reducir la dosis si el sabor es muy intenso o persistente.
Deficiencia de Zinc	El cobre compite con el zinc. Es altamente recomendable suplementar con Zinc durante el ciclo.
Dolor de cabeza leve	Mantener una hidratación rigurosa durante todo el día.

Recomendaciones de Estilo de Vida y Ejercicio

- Hidratación:** Beba al menos 2 a 2.5 litros de agua al día para facilitar la circulación y recuperación tisular.
- Alimentación:** Priorice proteínas para proveer los aminoácidos necesarios en la síntesis de colágeno impulsada por el péptido.
- Ejercicio de Fuerza:** Realice entrenamiento de resistencia (pesas o peso corporal) al menos 2-3 veces por semana; el GHK-Cu potenciará la recuperación muscular.
- Actividad Cardiovascular:** Incorpore caminatas ligeras o cardio moderado para mejorar la salud cardiovascular y oxigenación celular.
- Descanso:** Duerma entre 7 a 8 horas diarias; el sueño adecuado es vital para que ocurran los procesos de regeneración nocturna.



Signos de Alarma

Si presenta alguno de los siguientes síntomas, suspenda el uso y consulte a su médico de inmediato:

- **Toxicidad por Cobre:** Sabor metálico severo e insoportable, acompañado de náuseas constantes y fatiga extrema.
- **Infección local:** Enrojecimiento, calor o hinchazón severa en el sitio de inyección que empeora con los días o se siente caliente al tacto.
- **Alergias graves:** Hinchazón de cara, labios, lengua o dificultad severa para respirar.
- **Desbalance mineral severo:** Calambres musculares inusuales, debilidad extrema o ritmo cardíaco irregular.

