

PROTOCOLE PEPTIDIQUE DE REMISE EN FORME

Réparation Structurale & Optimisation Métabolique Globale

Objectif du protocole : Ce stack est conçu comme une "remise à zéro" globale. Il vise à réparer les tissus endommagés (articulations, tendons, peau), à réduire l'inflammation systémique, et à relancer massivement la production d'énergie cellulaire (ATP) pour retrouver vitalité et flexibilité métabolique.

Durée du Protocole : 8 Semaines strictes.

Gestion de la douleur (GHK-Cu / BPC-157) & ZMA : Le GHK-Cu provoque une douleur à l'injection (PIP). Il doit TOUJOURS être prélevé dans la même seringue que le BPC-157 le soir (effet tampon). La supplémentation en Zinc est obligatoire : prise de ZMA en comprimés tous les soirs.

1. Analyse des Molécules & Synergie

- Le "Wolverine Stack" (BPC-157 + TB-500) :** Le socle de la réparation. Le TB-500 agit de manière systémique pour la souplesse tissulaire globale et la réduction de l'inflammation, tandis que le BPC-157 accélère la guérison locale (tendons, système digestif, ligaments).
- Axe Énergie & Métabolisme (MOTS-c + SS-31) :** Le duo ultime pour la mitochondrie. Le SS-31 répare la membrane interne des mitochondries pour restaurer la production d'ATP. Le MOTS-c (pris 1x/semaine) active l'AMPK, reprogrammant la façon dont le corps utilise l'énergie, améliorant la sensibilité à l'insuline et favorisant la perte de graisse sans affecter l'appétit.
- Axe Régénération Tissulaire (GHK-Cu) :** Renforce le collagène de type I et III, répare la peau, améliore l'élasticité et offre un puissant effet anti-inflammatoire et antioxydant systémique.

2. Table de Reconstitution & Dosage Cible

Composé (Fiole)	Eau BAC à ajouter	Dose cible	Volume à prélever (Seringue U-100)
BPC-157 (5 mg)	1 ml	250 mcg	0.05 ml (5 unités)
TB-500 (5 mg)	1 ml	2.5 mg	0.5 ml (50 unités)
GHK-Cu (10 mg)	2 ml	1 mg	0.2 ml (20 unités)
SS-31 (10 mg)	2 ml	1 mg	0.2 ml (20 unités)
MOTS-c (5 mg)	1 ml	5 mg	1 ml (100 unités - Seringue complète)

3. Planning Structuré (Semaine Type)

ROUTINE QUOTIDIENNE (TOUS LES JOURS)	
Soir (Au Coucher)	Supplémentation : Prise du ZMA en comprimés (respecter le dosage du fabricant) pour recharger le Zinc antagonisé par le GHK-Cu.

LUNDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI) Séparément : TB-500 (2.5 mg / 50 UI)

MARDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI)

MERCREDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI)

JEUDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI) Séparément : TB-500 (2.5 mg / 50 UI)

VENDREDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI)

SAMEDI	
Matin (À jeun)	SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI)

DIMANCHE (Jour d'Activation Métabolique)	
Matin (À jeun strict)	MOTS-c (5 mg / 100 UI - Seringue 1 ml complète) <i>(Jeûne glucidique strict de 2h recommandé post-injection)</i> SS-31 (1 mg / 20 UI)
Soir (Avant coucher)	Combo Seringue Unique : BPC-157 (250 mcg / 5 UI) + GHK-Cu (1 mg / 20 UI)

Avertissement : Ce document a une vocation strictement informative et explique la pharmacocinétique théorique de ces peptides dans un cadre d'optimisation du bien-être. Il ne constitue pas une ordonnance médicale. Assurez-vous d'avoir l'approbation d'un professionnel de santé avant d'entreprendre tout protocole peptidique.