



a cura della Dott.ssa Elisa Moro

DISINTOSSICAZIONE: IL KIT CLEAN 9



Che bello parlare ancora di questo magnifico programma di disintossicazione! Non passa giorno, in questo periodo, che diventi protagonista delle nostre giornate.

Direi di partire dando un contesto a questi fatidici nove giorni. E il contesto è l'ambiente inquinato in cui ci troviamo a vivere, i ritmi di vita che sosteniamo poco rispettosi dell'organismo umano e le cattive abitudini alimentari.

Se ognuno di noi riconosce i punti suddetti come veri allora si renderà conto che disintossicarsi è uno dei passi fondamentali per garantire la salute al nostro organismo. Consideriamo inoltre che livello di tossine e sistema immunitario sono strettamente collegati. Un po' come due bimbi che giocano sull'altalena, se le tossine aumentano il sistema immunitario si indebolisce e viceversa.

Prima di passare a descrivere i protagonisti del Clean 9 ci terrei a sottolineare due cose importanti. Non bisogna mai consigliare questo prodotto a persone che non assumono Gel di Aloe da almeno due mesi. Potreste avere esiti negativi, mal di testa dirompenti ed insopportabili. Segno di un impatto troppo forte e poco rispettoso dello stato dell'organismo. La natura ha i suoi tempi e dobbiamo imparare a rispettarli. Il Clean 9 non deve essere consigliato come il metodo veloce e sicuro, perché a base di prodotti naturali, per risolvere in brevissimo tempo problematiche che si trascinano da chissà quanto. Così non funziona, credetemi. Insegnate alle persone ad amare il loro corpo, ad ascoltarlo, a seguirne tempi e ritmi.

L'altra cosa che volevo sottolineare è che il Clean 9, conosciuto per far perdere dai 2 ai 4 chili di peso, non è una dieta!! E' un programma di disintossicazione che vede come conseguenza una perdita di peso in

chi ha qualche chilo di troppo. Ma è ben lungi dal volersi proporre come dieta. Vediamolo piuttosto come un ottimo metodo per fare pulizia ed acquisire sane abitudini quotidiane nel modo di alimentarci, ci aiuterà a riconoscere ciò che il nostro organismo non gradisce, ci farà sentire cosa vuol dire sentirci veramente bene e carichi. I chili che si perdono sono conseguenza della salute che si acquisisce. Chi è già in linea perderà del peso che riacquisterà in breve tempo, una sorta di ricambio di liquidi!!

Il programma è diviso in due fasi. La fase uno che dura i primi due giorni prevede l'assunzione di prodotti e un'alimentazione a base esclusivamente di frutta e verdura. Dal terzo giorno comincia la fase due che vede l'introduzione di un pasto di 600 calorie e la diminuzione della quantità di Gel di Aloe da assumere quotidianamente.

I primi due giorni sono i più impegnativi soprattutto perché quelli in cui eliminiamo più tossine e ciò comporta diciamo un certo andare avanti indietro dal bagno! Si può soffrire per la mancanza di masticare ma direi che due giorni non sono un'eternità e si possono tranquillamente superare senza tanti capricci.

I protagonisti del Clean 9 sono 4 prodotti. Tre di essi hanno una duplice funzione: da una parte nutrono, dall'altra disintossicano. Quel che è da evidenziare è che i dosaggi dei sud-

detti integratori sono quadruplicati rispetto al dosaggio normale, ecco perché l'efficacia di questo programma!

Il primo protagonista è ALOE VERA GEL e non chiedetemi di cambiar bevanda perché questo programma è stato studiato e bilanciato per essere efficace così come viene proposto e quindi non a caso. Il gel di aloe è considerato un alimento quindi è per l'organismo una gran fonte di elementi nutritivi. Sappiamo però che esso ha anche una grande capacità disintossicante, aiuta a pulire il sangue e stimola il lavoro di tutti i filtri dell'organismo. Esso verrà assunto nei primi due giorni in



dosaggi di 500 ml al giorno!! Vi rendete conto che forza andrà ad agire nel vostro organismo!



Il secondo protagonista è FOREVER BEE POLLEN. Noto energetico ma anche noto disintossicante soprattutto per le tossine che l'organismo assorbe dall'ambiente inquinato esterno. Ricordiamo inoltre che esso è ricco di zinco, importante minerale che dà tono all'umore, e direi che questo non guasta mai!

Il terzo protagonista è la GARCINIA frutto asiatico la cui buccia è ricca di cromo minerale prezioso per varie funzioni del nostro organismo. Essa agisce nel programma di disintossicazione soprattutto per la sua capacità di rallentare la trasformazione di zuccheri e carboidrati in grassi. Ne deriva quindi una grande energia. Se associata al movimento aiuta anche a sciogliere più velocemente i grassi accumulati. Ancora, essa abbassa il senso di fame. Infine stimola l'attività renale. I dosaggi nel Clean 9 sono tali ed efficaci proprio perché inserita in un programma di disintossicazione studiato e mirato. Fate attenzione quindi a non eccedere nei dosaggi al di fuori del Clean 9 perché potreste ottenere l'effetto opposto a quello desiderato.

L'ultimo protagonista del programma è la polvere sostitutiva di pasto FOREVER LITE che dà nutrimento e garantisce di non introdurre sostanze superflue. Essa va usata al mattino e come sostitutiva di un pasto che può essere cena o pranzo. Quel che è importante è che si decida quale pasto sostituire e che per tutto il programma rimanga quello per dare ritmo all'organismo.

Tutto qua? Già tutto qua!

Vi sembra difficile ed impegnativo? Io direi che non lo è per niente e me ne è testimone chi ha seguito programmi nutrizionali personalizzati che sicuramente non gli permettevano di mangiare con i familiari le medesime cose. Qui abbiamo un menù con dosaggi previsti e consigliati ma capite che un pasto di 600 calorie è un pasto assolutamente normale. Fatevi l'occhio sulle quantità e non siate ligi. Piuttosto prendete con accuratezza gli integratori. Capite che ciò che agisce sono questi ultimi, nelle loro grandi quantità, e non i 10 grammi in più o in meno di carne o pesce!!

Affrontatela con serenità, vi darà un'energia che non ha eguali, avrete la mente sgombra ed attiva come non mai. In poche parole scoprirete come si sta bene senza tossi-



ne!

Perdonatemi se non vi scrivo tutti i dosaggi dettagliati ma sono andata oltre lo spazio riservatomi. Al programma è allegato uno splendido libretto che vi esorto a seguire e consultare, vi darà tanti sani insegnamenti.

Vi invito anche ad unirvi in gruppi, cominciate insieme e condividete con gioia lo star bene che trarrete da questo programma nutrizionale di disintossicazione.

Consigliatelo a chi soffre di dolori articolari, emicranie, stanchezza post pasto, sonno notturno poco riposante, allergie ed intolleranze...e in tutti i casi dove si ravvedano segni di intossicazione.

Ripetete il Clean 9 almeno due volte l'anno in primavera ed autunno dove pulizia e cambiamento vanno in armonia con il ritmo della natura.

La dott.ssa Elisa Moro è a disposizione dei nostri iscritti per fornire informazioni sui nostri prodotti il giovedì dalle ore 17.30 alle ore 19.30. Il suo numero telefonico è 334/9658656