

SEMANA
DESINFLAMA
MULHER

Entenda Seu Corpo:
GUIA PRÁTICO DE
DESINTOXICAÇÃO

AULA 03

@SOWSAUDE

PARABÉNS!

Você chegou a terceira aula da Semana Desinflama Mulher!

Isso mostra que você está comprometida em buscar sua saúde de verdade e em entender o que realmente está acontecendo no seu corpo.

Este material vai te ajudar a revisar o que vimos durante a Aula 3 e entender como seu corpo elimina toxinas através dos órgãos de desintoxicação.

Aproveite, porque agora você já sabe tudo o que precisa para começar sua transformação de verdade!

TIPOS DE TOXINAS E ÓRGÃOS DE ELIMINAÇÃO

Você ingere toxinas todos os dias, seja através dos alimentos ou respirando no ar. E essas toxinas precisam ser eliminadas do seu corpo para você desinflamar de verdade.

DOIS TIPOS DE TOXINAS:

TIPO 1 - HIDROSSOLÚVEIS (diluem em água):

- Corantes em danones, refrigerantes
- Vão para o fígado
- Eliminam através da urina
- Vão para o intestino, onde são absorvidas
- O que não é útil é eliminado pelas fezes ou urina

TIPO 2 - LIPOSSOLÚVEIS (só diluem em gordura):

- Precisam passar pelo fígado
- Depois passam pelo intestino
- Para serem eliminadas nas fezes

OUTRAS VIAS DE ELIMINAÇÃO:

- Toxinas eliminadas através dos pulmões (pela respiração)
- Vários órgãos trabalham juntos na desintoxicação

O problema é quando esses órgãos estão inflamados - aí eles não conseguem fazer o trabalho de limpeza!

FÍGADO - O ÓRGÃO MESTRE

O PAPEL DO FÍGADO:

- Órgão mestre da desintoxicação
- Órgão mestre da desinflamação
- Fiscaliza tudo que entra no corpo através do intestino
- Identifica e processa as toxinas

O PROBLEMA DA ESTEATOSE (GORDURA NO FÍGADO):

Quantas pessoas hoje estão com gordura no fígado? A maioria das pessoas que atendemos no consultório tem ultrassom mostrando "esteatose hepática".

O CICLO DO PROBLEMA:

- 1 - O fígado é o órgão principal que deve desinflamar e desintoxicar
- 2 - Mas se ele está cheio de gordura e machucado
- 3 - Ele está inflamado, está sofrendo
- 4 - Ele não consegue trabalhar direito
- 5 - Resultado: SEU FÍGADO JÁ ESTÁ INFLAMADO

Se o órgão que deveria te desinflamar está inflamado, como você vai conseguir desinflamar o resto do corpo?

INTESTINO - ÓRGÃO VITAL

O PAPEL DO INTESTINO:

Desinflamar seu corpo

Ser órgão de eliminação de toxinas através das fezes

Funcionar como agente de limpeza

O PROBLEMA:

Se o intestino não está funcionando bem:

Você está com intestino preso

Você está com gases

Você está com dor abdominal

Você está com inflamação intestinal

AO INVÉS DE SER AGENTE DE LIMPEZA: Ele vai inflamar seu corpo mais ainda!

SINTOMAS DE INTESTINO INFLAMADO:

× Gases (que saem por baixo ou por cima - arrotos)

× Intestino preso

× Diarreia

× Gastrite, esofagite

× Barriga estufada

× Má digestão

CAUSA DOS GASES:

As bactérias do intestino estão em desequilíbrio. Você está comendo tanta toxina que o intestino está tão inflamado que não está dando conta de digerir as coisas. Esse desequilíbrio vai formando esses gases.

SEU INTESTINO PROVAVELMENTE É A FONTE DA INFLAMAÇÃO NO SEU CORPO.

Quando a gente resolve o intestino, a gente desinflama!

RINS - O PAR DE ÓRGÃOS

IMPORTÂNCIA DOS RINS:

São dois órgãos importantíssimos para desinflamar e desintoxicar o corpo.

SINAIS DE PROBLEMA NOS RINS - INCHAÇO:

Você percebe que está inchada quando:

- A aliança já não sai mais do dedo
- Vai colocar o sapato e o pé não cabe direito
- Tira o sutiã, tira a calcinha e fica com aquela marca do elástico da roupa

VOCÊ ESTÁ INCHADA = Você está retendo líquido

O QUE ESTÁ ACONTECENDO:

- Talvez o rim não esteja dando conta de filtrar todas essas toxinas
- De tanta toxina, ele está ficando sobrecarregado
- Muita gente está com formação de pedras
- Infecção urinária recorrente
- Candidíase e corrimento

Pode estar tendo problema não só no intestino, mas nos rins também.

PULMÕES - ELIMINAÇÃO GASOSA

COMO OS PULMÕES ELIMINAM TOXINAS:

- A urina elimina toxinas pela água
- As fezes eliminam pelos sólidos
- O pulmão elimina toxinas pelo ar – gases

O pulmão também é agente de eliminação de toxinas gasosas!

SINAIS DE PROBLEMA:

- Se você tem mau hálito
- Se as pessoas reclamam de bafo
- Se você tem respiração que não está legal

Pode ser que seu pulmão também não esteja legal.

PELE - O MAIOR ÓRGÃO

CARACTERÍSTICAS DA PELE:

- Considerada o maior órgão do corpo
- Não funciona só como barreira
- Elimina toxinas através do suor

SUOR NÃO É SÓ ÁGUA:

Tem muita toxina que sai pelo suor. É impressionante como tem gente inflamada e a pele mostra isso.

DOENÇAS DE PELE LIGADAS À INFLAMAÇÃO:

- Psoríase (doença autoimune)
- Rosácea
- Acne (principalmente acne do adulto)

CONEXÃO INTESTINO-PELE:

Quando o intestino está inflamado e preso, aquelas toxinas acabam saindo pela pele. A acne do adulto pode ser inflamação e alteração hormonal porque o intestino também está inflamado.

SINAIS DE TOXINAS NA PELE E ANEXOS

PROBLEMAS NO CABELO E UNHAS:

Quando falamos em pele, também falamos de cabelo e unha - são os anexos da pele.

Sinais de inflamação nos anexos:

- Cabelo fraco
- Cabelo com falta de brilho
- Cabelo com queda

TALVEZ SEJA INFLAMAÇÃO NO SEU COURO CABELUDO

MAU CHEIRO CORPORAL:

Mostra que talvez sua pele não esteja tão legal e você esteja com muita toxina.

Sinais de excesso de toxinas:

- Aquele cheiro forte de suor
- Você pode até tomar banho, mas pouco tempo depois já está com cheiro forte
- Fica na roupa, fica no lençol, fica na toalha de banho
- Chulé muito forte
- Quando você acorda, sente que o quarto está com aquele cheiro azedo
- Camiseta fedendo na academia

ISSO TUDO É TOXINA QUE O CORPO ESTÁ TENTANDO ELIMINAR

Às vezes você tem até vergonha dessas situações. É um excesso de toxinas que o corpo está tentando eliminar pela única via que ainda funciona: a pele.

AGORA VOCÊ JÁ SABE A VERDADE

Depois de 3 dias da Semana Desinflama Mulher, você já entendeu:

- ✓ Por que você não conseguia emagrecer (não era falta de força de vontade)
- ✓ Quem são os 3 vilões que lucram com você doente
- ✓ Como a inflamação está destruindo seus órgãos de desintoxicação
- ✓ Por que seu corpo não consegue se limpar sozinho

A pergunta agora é: O que você vai fazer com essa informação?

AS MATRÍCULAS PARA O RESET MULHER 2.0 ESTÃO ABERTAS!

O programa médico de 7 semanas que vai desinflamar seu corpo de verdade.

O QUE É O RESET MULHER 2.0:

- 7 semanas de acompanhamento médico com Dr. Luiz Fernando Sella e Dra. Daniela Kanno
- Protocolo completo de desinflamação
- Foco em recuperar fígado, intestino, rins, pulmões e pele
- Reequilíbrio hormonal natural
- Emagrecimento saudável e sustentável

VOCÊ VAI RECEBER:

- Consultas semanais em grupo
- Protocolos personalizados
- Receitas anti-inflamatórias
- Suplementação orientada
- Grupo de suporte exclusivo
- Materiais de apoio completos

Este não é um programa genérico. Este é um programa médico, baseado em ciência, para mulheres que já tentaram de tudo e não conseguiram resultados duradouros.

PARA QUEM É O RESET MULHER 2.0

Este programa é para você se:

- ✓ Já tentou várias dietas e não conseguiu manter o peso
- ✓ Tem diagnóstico de gordura no fígado
- ✓ Sofre com intestino preso, gases ou barriga estufada
- ✓ Está sempre inchada (aliança não sai, pés não cabem no sapato)
- ✓ Tem dores nas articulações
- ✓ Sente cansaço constante mesmo dormindo
- ✓ Está na menopausa ou pré-menopausa com sintomas intensos
- ✓ Tem problemas de pele (acne, rosácea, psoríase)
- ✓ Quer parar de depender de remédios para sintomas
- ✓ Quer recuperar sua saúde de forma natural e definitiva

Se você se identificou com pelo menos 3 desses pontos, o Reset Mulher 2.0 foi feito para você.

COMO GARANTIR SUA VAGA

CLIQUE NO **BOTÃO ABAIXO** E GARANTA
SUA VAGA NO **RESET MULHER 2.0**

QUERO GARANTIR MINHA VAGA

ATENÇÃO: VAGAS LIMITADAS

Esta turma tem vagas limitadas. Quando as vagas acabarem, você precisará esperar a próxima turma (e sua inflamação vai continuar piorando nesse tempo).

Não deixe sua saúde para depois. A escolha é sua. Mas saiba que nós estamos aqui, prontos para te acompanhar nessa jornada de transformação real.

Com carinho,

Dra. Daniela Kanno e Dr. Luiz Fernando Sella