

PAOLINO ENTRA NEL CIRCOLO VIRTUOSO DEL BENESSERE

Il Circolo Virtuoso del Benessere è un programma che ho messo a punto in circa 20 anni di studio appassionato del metabolismo umano. Infatti, sorprendentemente, moltissimi sintomi dell'organismo ricevono notevole beneficio dall'applicazione di questo metodo.

Il programma prevede 5 punti:

- 1) L'attività fisica di resistenza e di potenza.
- 2) La disintossicazione dell'organismo.
- 3) L'alimentazione equilibrata.
- 4) La micronutrizione o integrazione fisiologica.
- 5) L'equilibrio del Sistema Nervoso Involontario.



Ogni mio Paziente che intenda raggiungere un buon livello di salute, e soprattutto mantenerla, dovrà impegnarsi, progressivamente o simultaneamente, in ognuno di questi 5 punti.

Come effettuare ogni passaggio del programma viene spiegato al momento della visita in base all'elaborazione di un notevole numero di dati estrapolati dagli esami del sangue (emocromo con emoglobina ed ematocrito, valori di funzionalità renale – epatica – pancreatico, valori ormonali ...), da questionari clinici e di personalità ed infine da una valutazione clinica basata sul costituzionalismo genetico.

Sembrano parole difficili e lo sono. Ma la loro declinazione nella pratica, come vedrete su Paolino, è veramente semplice, bisogna solo avere voglia di applicarsi! Come in tutte le cose.

Quindi seguendo nelle pagine che seguiranno come Paolino effettuerà il programma, potrete prendere spunto per riflettere su cosa fa bene ad un organismo e cosa no . Ma non solo. Potrete anche comprendere quanto sia importante trattare bene il vostro corpo e quanto troppo spesso lo maltrattate, con negative conseguenze non solo sul corpo ma anche sulla vostra psiche.

Buona lettura.

Fabrizio Duranti www.studio-duranti.it

