

L'INTEGRAZIONE DI PAOLINO

NOTA BENE: QUANTO SEGUE HA SOLO UN VALORE INFORMATIVO GENERICO E MAI PRESCRITTIVO. PERTANTO E' ASSOLUTAMENTE VIETATO INTRAPRENDERE TUTTA, O ANCHE IN PARTE, LA PRESCRIZIONE SOTTOSCRITTA. E' INFATTI NECESSARIA UNA VISITA MEDICA CHE POSSA ESCLUDERE QUALSIASI INCOMPATIBILITA' CON LA PRESCRIZIONE STESSA

Dopo esseVi fatti una buona cultura in campo integrazione, potrete sicuramente comprendere meglio l'integrazione dei primi due mesi prescritta a Paolino. Qui sotto un fac-simile della mia ricetta medica.

Dott. Fabrizio Durante

Medico Chirurgo
Specialista in Chirurgia Generale
Chirurgia Plastica e Ricostruttiva
Università di Perugia
Facharzt für
Allgemeine Chirurgie
Plastische Chirurgie
Universität Perugia

Membro della Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica
Mitglied der Italienischen Ärztevereinigung für Plastische Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie

Paolino

06.04.'05

INTEGRAZIONE:

Alla mattina a digiuno, **20 minuti prima di colazione**, sciogliere in un bicchiere d'acqua:

Un misurino di vitamina C (circa 180 mg)

Un cucchiaino da caffè raso di polvere alcalinizzante (circa 4 g)

½ bustina di integratore di potassio, magnesio e zinco

insieme assumere

2 capsule di Gingko Biloba.

1 compressa di Multiminerale

8 perle di Omega 3 (circa 2,5 grammi fra EPA e DHA)

Dopo pranzo assumere una perla di vitamina E

Dopo cena assumere una compressa di multiminerale

Almeno 2 ore dopo cena, prima di andare a letto, sciogliere in un bicchiere d'acqua:

Un misurino di vitamina C (circa 180 mg)

Un cucchiaino da caffè raso di polvere alcalinizzante (circa 4 g)

½ bustina di integratore di potassio, magnesio e zinco

insieme assumere

2 capsule di complesso B

tutto per due mesi

Milano, Bolzano, Perugia, Brunico, Roma
Tel 0474.553443

Nel prossimo articolo parlerò dell'acqua e della sua importanza, raccontandoVi cose che sicuramente non tutti sapranno.... Non mancate!!!

A presto

Fabrizio Duranti www.studio-duranti.it