



SEMANA DO VERDADEIRO
DETOX

Angela **Xavier**



Sua mentora: **Dra. Angela Xavier**

- Mais de 30 anos de experiência atendendo pacientes de todo o mundo, como especialista em Saúde Natural;
- Com formação em farmácia bioquímica, pós em nutrição e inúmeros cursos de Terapia natural;
- Já ajudou mais de 10 mil alunos em todo o mundo na recuperação da saúde e prevenção de doenças;
- Possui um dos maiores canais de Saúde do Brasil, com mais de 2.8 milhões de pessoas inscritas;
- Seus vídeos no Youtube já passam de 140 milhões de visualizações.



Aproveite o resumo em texto das 3 aulas da Semana do Verdadeiro Detox

Os 3 segredos que a indústria alimentícia não quer que você descubra!

O **segredo número 1** é relacionado à composição dos produtos industrializados.

Alguma vez, você já experimentou ler os rótulos dos produtos que compra?

Se não fez ainda, vá até sua despensa e pegue um pacote de biscoitos que tenha aí por perto. Veja agora a quantidade de nomes que você nunca ouviu falar.

Tudo isso são aditivos químicos, produzidos em laboratório que só servem para intoxicar o seu corpo e nada mais.

Eles não tem nada de nutritivo ou benéfico e são os causadores das doenças que você conhece.

Eles possuem diversos componentes como: acidulante, corante, conservantes e vários outros antes extremamente prejudiciais à sua saúde.

Eles são os responsáveis pelo resultado do estudo que afirma que em 2030 o Brasil terá 30% dos adultos obesos.

Sabe o que isso significa?

Que as crianças que se alimentam hoje com esses componentes químicos estarão obesas quando chegarem à idade adulta.

E isso nos leva ao **segredo número 2** que a indústria alimentícia não quer que você descubra.

Entre 1920 e 1950 houve um grande aumento do número de estabelecimentos da indústria de alimentos.

Entre 1950 e 1960 o número manteve-se praticamente estável, voltando a crescer bastante de 1960 a 1970.

Coincidentemente ou não, os casos de câncer no Brasil e no mundo aumentam exponencialmente a cada ano.

Mas eu estou aqui para lutar contra esses números e te mostrar o caminho para que você não entre para essas estatísticas.

Por isso eu separei os principais alimentos cancerígenos para você não cair mais nas armadilhas da indústria alimentícia.

Os refrigerantes -

Segundo a Agência Internacional para Pesquisa em Câncer, da Organização Mundial da Saúde, contém uma substância chamada 4-MI(4-metil-imidazol) que é cancerígena.

Carne processada -

Salga, cura, fermentação, defumação, entre outros, para conservar e realçar o sabor, não são boas opções e podem refletir em problemas que variam de ganho de peso até câncer.

Frituras -

O excesso de alimentos fritos também merece ser evitado. Estudos indicam que o composto químico chamado acrilamida, formado pelas altas temperaturas da fritura, podem aumentar o estresse oxidativo e a inflamação no corpo, que estão relacionados ao crescimento de células cancerosas.

Alimentos refinados -

Como farinha, açúcar ou óleo também são alarmantes.

Álcool e bebidas gaseificadas -

Ricos em açúcar refinado e calorias. O consumo excessivo dessas opções pode aumentar o número de radicais livres no corpo e causar inflamação, além de dificultar o diagnóstico de células pré-cancerosas e cancerígenas no corpo.

Alimentos enlatados e instantâneos -

Também podem aumentar o risco de desenvolver câncer. A maioria das embalagens desses produtos são revestidas com uma substância química chamada Bisfenol A (BPA), composto que quando dissolvido nos alimentos pode causar desequilíbrios hormonais, alterações no DNA e câncer.

O segredo número 3 que eu quero te contar é:

Comprar comida pronta sai mais caro tanto para o seu bolso quanto para a sua saúde.

Consegue perceber o quanto a indústria alimentícia toma o seu dinheiro?

Como falamos anteriormente, são tantos componentes químicos que tem dentro dela que o seu organismo não consegue metabolizar e acaba intoxicado.

E uma vez que o corpo está intoxicado a compulsão alimentar, o vício em doces, a ansiedade, a depressão vão tomando conta.



A seguir vou te ensinar a fazer o seu processo detox do jeito certo.

O *verdadeiro detox* é dividido em 3 fases de 7 dias cada uma delas.

Na **primeira fase** é a fase da abstinência onde você vai retirar da sua alimentação todos os alimentos que são tóxicos para o seu organismo.

Mas além dos alimentos industrializados há mais alguns que são tóxicos para a sua saúde e provavelmente você nem saiba.

Estou falando do café, dos mates..

Durante o processo de desintoxicação eu recomendo que a cada dia você retire um dos alimentos tóxicos da sua alimentação.

Passados os primeiros 7 dias nós entramos na fase de desintoxicação propriamente dita.

Talvez você nunca tenha escutado o que eu vou falar, mas os cientistas acreditam que o nosso intestino é o nosso segundo cérebro porque além do grande volume de neurônios.

Além disso, é importante limpar o intestino porque a liberação de toxinas que estão armazenadas por anos no seu organismo, causa não só problemas simples, mas também problemas sérios de saúde, e que são inclusive, motivos de você não se sentir 100% disposta e com energia.

Essa limpeza vai ajudar a regular o intestino, facilitando a eliminação de fezes, o que também ajuda no emagrecimento.

Nessa **segunda fase** você vai observar o alívio das dores de cabeça, vai ter mais energia e vitalidade,

Afinal, tudo está interligado e o nosso corpo só funciona 100% se todas as partes estiverem em perfeita harmonia.

E agora vou te explicar como funciona a **terceira fase** que é a fase que você vai levar para sua vida.

Nos últimos 7 dias do verdadeiro detox você aprende quais alimentos te mantém saudável, disposta e viva!

É nessa última fase que você aprende o que é realmente ter uma vida com qualidade e saúde.

Agora que você já sabe como funciona o processo detox, eu vou te mostrar como você vai montar um café da manhã saudável para a primeira fase do processo.

Para isso, eu trouxe uma dica de receitas que funcionam para você começar a sua desintoxicação através de uma alimentação saudável.

Esta receita já vai turbinar o sistema de defesa do seu corpo, prevenindo gripes e resfriados, ou qualquer tipo de vírus, que é o que todos nós desejamos, não é mesmo?

Além disso, esse suco também proporciona benefícios como controle dos níveis de colesterol e, quando consumido a longo prazo, são ótimos para a saúde do coração

Vamos ver como fazer? Você vai precisar do seguinte:

[Receita 1 - Suco de beterraba/cenoura com laranja]

Este suco além de ajudar no processo detox, vai turbinar sua imunidade

Ingredientes:

3 beterrabas (média)

1 a 2 laranjas

Modo de fazer: Passar tudo na centrífuga ou extrair o suco de laranja bater a beterraba, coar em pano voal.

Uma boa dica, inclusive, é tomar um copo desse suco de beterraba com laranja de manhã, ainda em jejum.

Agora eu quero que você esteja muito atento à importância das verduras e hortaliças nas refeições.

Assim como a importância de beber a quantidade certa de água todos os dias.

Os benefícios desses dois grupos de alimentos são incontáveis.

Eles vão desde vitaminas e minerais, ajudam a regular as funções das glândulas até os benefícios funcionais como os alimentos ricos em fibras alimentares que vão ajudar a acelerar o trânsito intestinal.

Ajudam também a controlar a glicemia e o colesterol e assim prevenir as doenças cardiovasculares.

Uma coisa interessante a se falar sobre as verduras é que elas são alimentos de pouquíssimas calorias porque são baixas em carboidratos e ricas em fibras.

Isso me lembra de te dizer que a salada crua não pode faltar no seu prato.

Preocupe-se em pegar folhas e frutos que estejam em bom estado, as folhas não podem estar amareladas, nem com furos e os frutos não podem estar machucados.

Porque isso interfere na produção dos nutrientes.

As verduras e hortaliças são mais necessárias ainda se você come carne, sabe porque?

Porque a carne não tem fibra e ainda contém muitas toxinas. Então esses grupos de alimentos vão ajudar a desintoxicar o seu corpo.

Então se você come carne e não pretende deixar de comer por enquanto, diminua o consumo e aumente o consumo de verduras e hortaliças.

Bom, agora vamos falar sobre a importância do consumo da quantidade certa de água.

Você sabe quanto de água você precisa tomar?

Geralmente quando eu faço essa pergunta nas minhas palestras, as pessoas respondem "3 litros"

Mas eu sempre pego lá uma pessoa de 100kg e uma criança e pergunto: essas duas pessoas precisam realmente da mesma quantidade de água?

A quantidade de água que precisamos é geralmente 35ml de água para cada 1kg de peso.

Então para fazer essa conta é bem simples.

Basta você pegar o seu peso e multiplicar por 35, como por exemplo.

Uma pessoa de 60kg deveria beber 2l e 100ml de água por dia.

Outra coisa importante é que você precisa beber água a cada duas horas.

No início isso pode ser um pouco ruim de adequar a sua rotina, mas logo você vai perceber que seu corpo pede água sempre naquele mesmo horário.

Bom, agora que já falamos das verduras e hortaliças e da importância da água eu quero te mostrar uma coisa.

Se você chegou até aqui é porque não aguenta mais viver na situação em que está.

Mas hoje eu tenho uma boa notícia pra você e sua autoestima:


Você está a 21 dias de distância do corpo e da saúde que você deseja.

O Detox de 21 dias foi criado para você emagrecer de forma saudável, desinchar e desintoxicar o seu corpo daquilo que está deixando ele inflamado.

A partir de hoje eu vou estar do seu lado para te ajudar a melhorar a sua saúde através de uma desintoxicação total do seu corpo.

Ele é composto por 3 etapas, cada etapa com 7 aulas para você fazer uma aula por dia!

Na primeira etapa do processo, eu vou falar sobre todos os alimentos que você consome hoje, que podem parecer uma delícia, mas estão fazendo você se intoxicar, engordar e perder a saúde!



Na segunda etapa, você vai fazer na prática, o passo a passo do detox, propriamente dito, para eliminar de vez as toxinas que estão emperrando o seu organismo de trabalhar equilibrado.


Esse processo é composto pela lavagem intestinal, que eu vou te ensinar a fazer com detalhes, só aí você elimina uns bons quilos, praticamente de fezes acumuladas.

Na terceira etapa nós vamos fechar com chave de ouro o seu processo de transformação:

São 7 aulas com uma reeducação alimentar que é justamente o segredo para continuar perdendo peso, se for necessário, e manter a sua saúde com mais qualidade daí para frente!

Você terá o passo a passo do detox com detalhes da execução de forma correta no seu dia a dia para nunca mais ser refém da alimentação inadequada.

E para acelerar ainda mais todo esse processo, eu estou disponibilizando 9 bônus avaliados em mais de R\$ 2.670 reais!



Veja abaixo tudo o que você terá acesso:

- **Para os 50 primeiros alunos: Curso corpo saudável: R\$ 497**

Plano de exercícios físicos organizado e fáceis para você fazer em casa e perder gordura corporal sem riscos e de forma acelerada.

- **Combo de livros Detox: R\$ 147**

3 livros digitais com mais de 130 receitas de suco, caldos e pratos DETOX, para você utilizar no dia a dia e variar sua alimentação.

- **Workshop alimentos que turbinam a sua imunidade: R\$ 197**

Um conteúdo rico com todos os segredos dos alimentos que mantêm a imunidade alta e que você precisa ter aí na sua cozinha.

- **Bônus com o protocolo de limpeza do fígado e da vesícula: R\$ 47**

Neste e-book você aprende o passo a passo de como fazer um detox do fígado e vesícula, mantendo o perfeito funcionamento deles.

- **Workshop de como se manter motivado e alcançar os seus objetivos: R\$ 197**

Um workshop que vai te ajudar a manter o foco e a disciplina, alcançando seus objetivos e sonhos.

- **Workshop: Exercícios para ganho e perda de peso: R\$ 197**

Elimine suas dúvidas sobre quais exercícios praticar para ganho de massa muscular ou perda de peso. Vamos detalhar tudo para voce.

- **Aula: Benefícios da limpeza intestinal: R\$ 197**

A especialista Ester vai te ensinar em detalhes sobre a anatomia do intestino, como ele se intoxica, os seus malefícios e benefícios da limpeza.

- **Workshop completo sobre proteínas: R\$ 197**

Conteúdo completo sobre o que você pode comer para obter as proteínas que seu corpo precisa, além de como montar suas refeições para ter todos os nutrientes que seu corpo precisa.

- **Doas aulas ao vivo exclusivas para alunos: R\$ 1000**

Aula 1: Acompanhamento do seu processo Detox.

Aula 2: Como se manter magro e saudável após o Detox 21 dias.

Mas é o seguinte: Não dá para esperar!

As vagas vão ficar abertas por pouquíssimo tempo e por isso eu decidi abrir um Grupo VIP apenas com pessoas que estão interessadas em entrar para o Curso Detox 21 dias e receber todos os Bônus.

Quem estiver fora do grupo, poderá não conseguir acesso ao curso.



Agora você pode estar imaginando:

Custa muito caro participar do programa Detox 21 dias?

Primeiro você precisa entender que isso não é um custo, é um **investimento na sua saúde**, para ter mais energia, vitalidade e emagrecer no processo.

O preço original do Curso Detox 21 dias, é de **R\$ 697 reais**.

Somando com todos os bônus, você pagaria em torno de **R\$ 3.373**.

Mas apenas quem estiver no **GRUPO VIP**, receberá a condição especial, e **investirá apenas 12x de R\$ 48, 47 ou R\$497 à vista**.

Aqui com pouco mais de 1 real por dia você emagrece, limpa seu organismo, se livra de toxinas e tem muito mais saúde e energia.

Responda com sinceridade...

Quanto vale olhar pra trás e agradecer por não ter desistido de você?

Quanto vale ter o corpo e saúde que você sempre quis?

Para ter acesso a esta condição especial com mais de **R\$ 2.870 reais DE DESCONTO**, 9 bônus exclusivos, e ainda não correr o risco de garantir sua vaga para o curso Detox 21 dias...

Basta tocar no botão abaixo e entrar no grupo VIP agora:

QUERO ENTRAR PARA O GRUPO VIP