




## PROTOCOLO DE DETOX HEPÁTICO

 DADOS DO PACIENTE	
Nome:	Teste
Data da Consulta:	14/08/2025
Idade:	[Idade] anos
Peso:	[Peso] kg




### PROTOCOLO DE DESINTOXICAÇÃO

*Este protocolo foi desenvolvido especificamente para **Teste** com base na análise iridológica realizada em **14/08/2025**.*



#### FASE 1 - PREPARAÇÃO (7 dias)

-  **Objetivos:**
  - Reduzir carga tóxica do organismo
  - Preparar o fígado para desintoxicação
  - Eliminar alimentos inflamatórios



#### ALIMENTAÇÃO - FASE 1



##### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Vegetais orgânicos (exceto nightshades)
- Frutas com baixo índice glicêmico
- Peixes selvagens pequenos
- Sementes e nozes (demolhadas)
- Chás herbais



##### EVITAR COMPLETAMENTE:

- Glúten e cereais com glúten

- • Laticínios convencionais
- • Açúcar refinado e adoçantes artificiais
- • Alimentos processados
- • Café e álcool

## FASE 2 - DESINTOXICAÇÃO ATIVA (14 dias)

### SUPLEMENTAÇÃO PERSONALIZADA

Suplemento	Dosagem	Frequência	Função
Cardo Mariano	300mg	2x ao dia	Proteção hepática
Clorela	500mg	3x ao dia	Quelação de metais pesados
Glutathiona	250mg	1x ao dia	Antioxidante hepático
Probióticos	50 bilhões CFU	1x ao dia	Saúde intestinal

### PROTOCOLO DE HIDROTERAPIA

- • Manhã: 500ml água morna com limão (em jejum)
- • Ao longo do dia: 2-3L água filtrada
- • Tarde: Chá detox (dente-de-leão + cardo mariano)
- • Noite: Banho com sais de Epsom (20min)

### ATIVIDADE FÍSICA

- • Caminhada diária (30-45 minutos)
- • Yoga ou alongamentos (15 minutos)
- • Respiração profunda (5 minutos, 3x/dia)
- • Saunas ou sudorese (2-3x por semana)

### MONITORAMENTO E ACOMPANHAMENTO



 Retorno agendado para: \_\_\_\_\_

 **SINAIS DE ALERTA:** Contactar imediatamente em caso de:

- • Náuseas persistentes ou vômitos
  - • Dores abdominais severas
  - • Fadiga extrema ou tonturas
  - • Reações alérgicas
-

**Dr./Dra. [NOME DO PROFISSIONAL]**

Especialista em Iridologia e Medicina Natural

 contato@biodesk.com |  (11) 9999-9999

Documento gerado em 14/08/2025 às 17:37