

utilizator: ..... [Login](#) nu ai cont ?

cauta

VIDEO Forum Quiz Concursuri

Sanatate

Relatii si sex Nunti Familie si copii Frumuseti Moda si stil  
Vedete Timp liber Culinar Casa si gradina Cariera Horoscop

Dosar gripa A Dieta si fitness Nutritie Medical Medicina naturista



PUBLICITATE

## NUTRITIE

### DETOXIFIAREA - NECESARA DUPA SARBATORI

Corpul nostru are nevoie de o detoxifiere cel puțin o dată pe an, ca să se curețe de toxine și să se tonifice. După Sarbatori, momentul e foarte prielnic.

#### Pagini:

pagina 1/2  
[pagina 2/2](#)

recomanda pagina  
comenteaza articolul  
tipareste pagina

Articol EXCLUSIV ONLINE

**mai multe in Nutritie:**  
Mituri despre bauturile racoritoare

Cele mai bune 7 alimente pentru femei  
Detoxifierea - necesara dupa Sarbatori

Salamul de Sibiu - Coniac - Editie de colectie  
Sarbatori fara probleme pentru stomacul tau

vezi toate articolele...

Anunțuri Google

**Detoxifierea totala a** organismului pe cale naturala Colon, Ficat, Rinichi, Inima, [www.wellnessplusint.com](http://www.wellnessplusint.com)

Fiecare resimțim efectele toxinelor acumulate în organism în perioada de după sărbătorile de iarnă. Senzația de **oboseală**, nivelul scăzut de energie, lipsa de concentrare, **balonarile**, apariția celulei, migrenele sau tenul încărcat sunt câteva dintre semnele prin care organismul îți transmite că are nevoie de o cură de **detoxifiere**. Ce trebuie să faci?

#### Consuma fructe si legume

Renunța la mesele copioase și consuma fructe și legume, de preferință ecologice.

- **Merele** ajuta la eliminarea toxinelor și curată intestinele.
- Afinele contin aspirina naturala, reduc inflamatiile și blochează patrunderea bacteriilor la nivelul tractului urinar.
- Merisoarele curată tractul urinar, având proprietati antiseptice și antivirale.
- Lamaile contribuie în mare măsură la curățarea ficatului.
- Sfecla roșie contine compusi care ajuta la purificarea sangelui și curată ficatul.
- **Varza** contine compusi anticancer și antioxidanti, curată tractul digestiv și întărește ficatul.
- Telina este un mare purificator sanguin, fiind bogată în compusi anticancer.
- Usturoiul omoară bacteriile nocive, parazitii intestinali și virusii.
- Semintele de in și uleiul de in contin acizi grași esentiali, în special **Omega-3**.

[pagina următoare »](#)

Exista **0 comentarii** la acest articol

[Comenteaza articolul](#)

[Discuta în Forum](#)



#### in Medicina naturista:

Plante, fructe și legume care tratează răceala și gripa

Dacă ai răcit sau ai gripa și nu vrei să iei medicamente, te poți ...



#### Riscurile tratamentelor naturiste

E greșit să crezi că tratamentele naturiste nu-ți fac rău niciodată. ...



#### in Medical:

Mituri despre răceala

Crezi că dacă ți-e frig automat răcești? Sau că dacă stai lângă cineva ...



#### Cum îți afectează viața (pre)menopauza?

Dacă până la 40 de ani, avem de suportat tulburările menstruale, după ...



#### in Dieta si fitness:

Dieta fara zahar

În orice dietă de slăbit, consumul de zahăr trebuie redus drastic. ...



#### Trucuri de slăbit după 40 de ani

Odată ce treci de 40 de ani, ești mai predispusă să acumulezi kilograme. ...



contul meu contact site redacția revistei cautare harta site termeni și condiții publicitate - download

© copyright 2006 - 2010 **Sanoma Hearst Romania** - Cel mai mare editor de reviste din România  
Toate drepturile asupra site-ului [www.femeia.ro](http://www.femeia.ro) aparțin Sanoma Hearst Romania. Reproducerea integrală sau parțială a textelor sau a ilustrațiilor din orice pagină a site-ului [www.femeia.ro](http://www.femeia.ro) este posibilă numai cu acordul prealabil scris al Sanoma Hearst Romania. Pirateria intelectuală se pedepsește conform legii.

SATI

Parinti.com | Miresici.ro | Fhm.ro | Esquire.ro | Startpage.ro | HarpersBazaar.ro | Cosmopolitan.ro | Story.ro | Casa-Gradina.ro

Link-uri utile: Quelle.ro | FashionUp.ro