

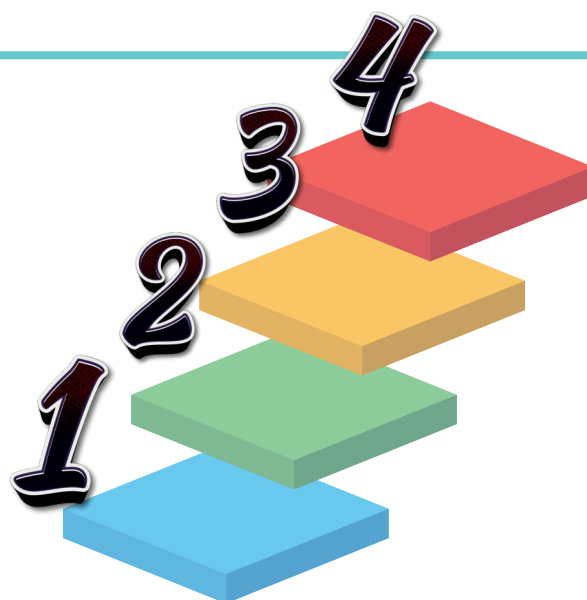
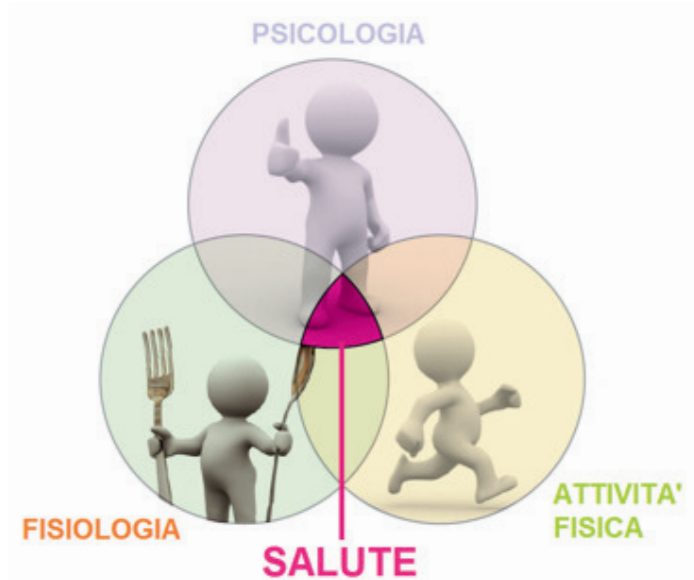
**VALENTINA
PARISSI**
NATUROPATA



**MEDICINA
OLISTICA**



RITROVA LA TUA SALUTE IN 4 PASSI



Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità:

Il 15-20% della nostra salute dipende **dall'informazione genetica**.

Un altro 15-20% dipende invece **dall'ambiente in cui viviamo**, che può essere più o meno inquinato

Un 8-12% dipende dalla **medicina allopatrica** intesa come assunzione di farmaci al bisogno, che curano il sintomo e non la causa, e che mantengono quindi il problema alla radice.

Per oltre il 50%, la nostra salute dipende dal **nostro stile di vita**.

Questo è un dato molto importante, perché ci mostra che ognuno di noi può intervenire per creare un cambiamento e migliorare il proprio stato di salute.

Come possiamo dunque intervenire sul nostro stile di vita?

Possiamo intervenire principalmente in 3 direzioni...

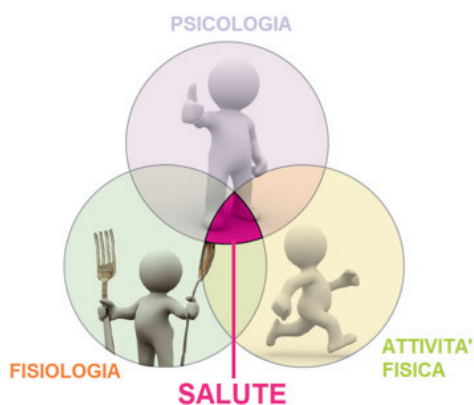
1) **Al primo posto la PSICOLOGIA**

È molto importante avere un pensiero positivo, essere riconciliati con il mondo che ci circonda perché questo ci dà serenità. Più sereni siamo meno acidi diventiamo e di conseguenza l'organismo è più sano.

2) **Al secondo posto viene l'ATTIVITÀ FISICA**

L'attività fisica aiuta il nostro corpo a diventare più resistente, più elastico, più capace di sopportare più facilmente i cambiamenti.

3) **Al terzo posto abbiamo la FISILOGIA** ossia il funzionamento dell'organismo,



Per quanto riguarda la psicologia è molto importante praticare yoga e meditare.

Quindi è importante creare l'abitudine di ritagliare tutte le mattine un momento per noi stessi.

Secondo gli studi di Daniel Gilbert, ricercatore di Harvard specializzato nella "felicità", una mente che divaga è una delle principali cause di infelicità.

Poi abbiamo detto attività fisica:

Con una cronica sedentarietà il corpo umano va incontro ad una vera e propria regressione motoria, ossia ad una progressiva perdita di capacità funzionali che non sono solo a carico dei muscoli ma anche di cuore, polmoni, vasi sanguigni, nervi, produzione di ormoni e neurotrasmettitori.

Gli effetti sono ben visibili in quelle condizioni che costringono una persona all'immobilità o nell'ambiente spaziale in cui vengono meno gli effetti della gravità sui muscoli, le ossa e il corpo in generale.

Infatti gli astronauti sono costretti a fare quotidianamente importanti esercizi che includono anche i pesi.

Ma per te che stai sulla Terra basta davvero poco. L'importante è muoversi quotidianamente.

Quello che conta, è svolgere attività fisica, anche leggera, possibilmente almeno mezz'ora al giorno.

Probabilmente uno dei motivi principali dell'ignoranza della gente è che i processi che accadono nel nostro organismo non li vediamo.

E' un mondo che non riusciamo ad osservare.

Magari ci accorgiamo che c'è qualcosa che non va solo quando si manifesta qualche sintomo. E anche in quel caso la maggior parte delle persone cerca magari di risolvere immediatamente il problema senza domandarsi come mai si è presentato e cosa bisogna fare per eliminarlo alla fonte.

Ed è proprio sull'aspetto fisiologico che ci concentrano "I Passi della Salute".

PER GODERE DI UN'OTTIMA SALUTE IL NOSTRO ORGANISMO DEVE ESSERE IN OMEOSTASI



Il termine omeostasi definisce la capacità di autoregolazione degli esseri viventi, importantissima per mantenere costante l'ambiente interno nonostante le variazioni dell'ambiente esterno.

Quindi possiamo dire che la funzione dell'omeostasi è quella di mantenere tutte le funzioni dell'organismo in equilibrio tra di loro, E' un perfetto equilibrio.

Pensiamo ad esempio alla temperatura centrale del nostro organismo, che viene mantenuta a valori prossimi ai 37°C nonostante le variazioni ambientali.

Qualsiasi importante alterazione dell'omeostasi porta a malattia o peggio ancora a morte.

In generale quando sorge una malattia questo ci indica che il nostro corpo per troppo tempo non è stato in omeostasi.

Proviamo a paragonare il nostro corpo ad un'automobile.

Andiamo dal meccanico e la facciamo riparare, spesso cambiando i pezzi giusto?

Cosa facciamo quando la nostra auto si rompe? Ci si rivolge a chi ci può aiutare, giusto? La maggior parte delle persone si rivolge ad un medico. la medicina è fondamentale perché salva la vita in momenti critici...

Il problema principale della medicina ufficiale è che si concentra solo sui sintomi. Cura solo i sintomi e non la causa. Quindi spesso poco dopo ci rendiamo conto di non aver ancora risolto il problema. Oppure coinvolge un altro organo.

Tornando all'esempio della macchina la grande differenza è che se l'automobile si rompe seriamente la puoi rottamare e comprarne una nuova.

Ma non puoi fare la stessa cosa con il tuo corpo, con il tuo organismo. Se si rompe in maniera grave si muore.



Negli anni '90 si riunì in Russia un gruppo di scienziati medici e ricercatori, insieme ad operatori olistici con l'obiettivo di trovare un sistema pratico per riportare l'organismo in omeostasi.

NOI AGIREMO ALLA FONTE DEL PROBLEMA

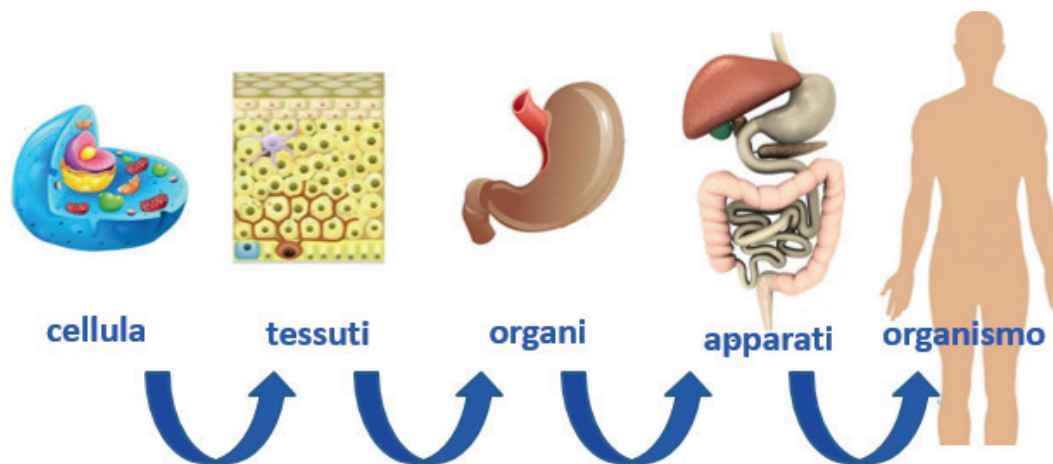


IO SEGUO GLI STUDI DELLA SCIENZA RUSSA PERCHÈ:

Grazie alla sinergia di diverse discipline, quali: Medicina Tradizionale Cinese, Medicina Ayurvedica e Medicina cellulare, nascono i 4 passi che costituiscono l'“algoritmo della Salute”, supportati da numerosi esperimenti scientifici, dagli studi sull'acqua, sul corallo fossile e portati avanti da imminenti figure del mondo scientifico come ad esempio:

- Andrei Gureev – fondatore e presidente Accademia della Salute
- Prof. Kaznaceev – fisiologo, biofisico
- Marina Soschenko – docente università di Mosca diagnosi di microscopia in campo oscuro
- Olga Butakova – collaboratrice dello scinziano giapponese Masaru Emoto (quand'era in vita), rianimatologa, primario dell'Istituto di Mosca per il programma della salvaguardia della salute in Russia
- Serghei Makeev – operatore olistico, posturologo
- Prof. Urii Bojenkov docente di medicina presso due università di Mosca

COME È COSTITUITO IL NOSTRO ORGANISMO...



Le nostre cellule costruiscono i nostri tessuti, i nostri tessuti costruiscono i nostri organi, i nostri organi costruiscono i nostri sistemi e così compariamo per intero.

Evidenziando questa informazione forse già parecchi di voi hanno capito che è inutile preoccuparsi della salute degli singoli organi e vedere una problematica del corpo separata da un'altra.

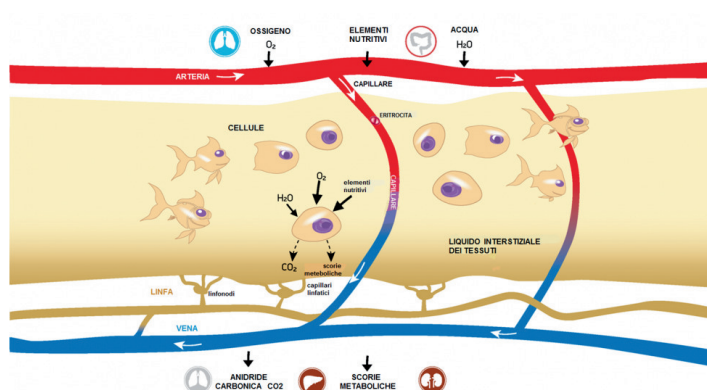
E' sufficiente creare dunque condizioni di vita ottimali per le nostre cellule per poter risanare l'intero organismo.

Ed è molto più saggio approcciarsi in questa maniera.

Tutti gli organi e gli apparati infatti sono costituiti da cellule.

Il nostro corpo è costituito da circa 37 miliardi di cellule.

Quindi immergiamoci all'interno della membrana cellulare perchè è lì che avvengono i processi più importanti che riguardano la nostra salute.



Ora è di vitale e fondamentale importanza prenderci cura della salute delle cellule di cui siamo composti, affinché possiamo stare noi in buona salute. Le cellule necessitano di acqua, ossigeno, e sostanze nutritive ed in cambio rilasciano anidride carbonica e scorie metaboliche che vanno eliminate: infatti producono le scorie nello stesso ambiente in cui si nutrono.

E' come per i pesci che vivono in un acquario.

È necessario, pertanto, **mantenere un ambiente pulito per dare loro la possibilità di funzionare con la massima efficienza e senza ammalarsi.**



Questo ambiente è per loro sia il ristorante che il gabinetto, come la boccia di vetro dei pesci rossi.

Come diventa l'acqua della boccia di vetro dei pesci rossi dopo qualche settimana dove i pesci vengono solo nutriti e allo stesso tempo non viene cambiata l'acqua?

I pesci muoiono soffocati dai loro stessi escrementi. E' facile quindi comprendere che più l'ambiente risulta e si mantiene pulito, più ci sono condizioni di vita migliori per i pesci rossi e per le nostre cellule.

Quindi, creare un ambiente pulito, per garantire condizioni ottimali per la vita delle cellule è un obiettivo più che prioritario per preservare la nostra salute.

Altrettanto importante è garantire la rigenerazione delle cellule, attraverso un'alimentazione cellulare sana e saggia.

E' tutto molto più semplice di quel che si possa pensare: **PRIMA PULIAMO E POI NUTRIAMO!**

Tutto parte dalle nostre cellule... il nostro obiettivo dovrebbe essere quello di garantire un ambiente sano e garantire una rigenerazione cellulare

Vediamo come fare ciò...

1° PASSO DELLA SALUTE L'IDrataZIONE



Qual è l'elemento più ricercato dagli scienziati quando osservano ed analizzano gli altri pianeti?

Ovviamente è l'acqua.

Fin dalle origini, l'Acqua, è stato il veicolo principale che ha creato e permesso la vita.

Dall'acqua nasce la vita e la vita nasce nell'acqua.

Le prime forme di vita, unicellulari, si sono create proprio negli oceani primordiali.

Il primo passo della salute: Idratazione dell'organismo

L'acqua è all'origine della vita: introdurre nell'organismo acqua di buona qualità è un fattore fondamentale per sostenere e rinsaldare il proprio stato di salute.

Per tutta la durata della nostra vita, infatti, l'acqua è indispensabile ad ogni singola cellula che compone il nostro corpo.

Il ruolo svolto dall'acqua nel nostro organismo è di grandissima importanza, poiché **è proprio in acqua che avvengono tutti i processi metabolici.**

Alla nascita, l'organismo umano è composto per l'80% d'acqua, mentre in un individuo adulto lo è per il 70%. L'organo con cui pensiamo, il cervello, contiene acqua, addirittura per il 90% ed è, quindi, molto sensibile alla disidratazione.

Con l'aumentare dell'età la percentuale d'acqua scende fino al 50-60%; questo dato rende evidente che l'invecchiamento è intrinsecamente legato ad un processo di perdita di massa

liquida, tanto extra, che intracellulare.

Molte persone pensano che avendo una corretta alimentazione non avranno mai problemi di salute.

Il problema è che quando non bevi la giusta quantità ed un'acqua di qualità le sostanze nutritive NON arrivano alle cellule.

E' come se ristagnassero. Non c'è movimento.

Ecco perché il primo passo della salute riguarda l'idratazione. E' la primissima cosa a cui bisogna porre attenzione.

E tu, quanta acqua bevi al giorno?

E che tipo di acqua bevi?

Con il primo passo RIATTIVIAMO IL DRENAGGIO RENALE e portiamo all'esterno tutte le tossine IDROSOLUBILI attraverso l'urina, il sudore, le feci.

2° PASSO DELLA SALUTE NUTRIZIONE



Il corpo non ha bisogno di riempirsi di cibo solo per colmare un vuoto. Ha un bisogno urgente di essere nutrito in modo sano, rispettando il suo equilibrio naturale.

Seguire il ritmo delle stagioni e assecondare il proprio codice genetico sono le chiavi per un'alimentazione che sostiene davvero la salute.

Oggi, grazie alla Nutrigenetica, possiamo finalmente dare risposta a molti interrogativi che finora sono rimasti senza soluzione. Questo approccio rivoluzionario ti aiuterà a comprendere quali alimenti sono più adatti a te, favorendo il tuo benessere in modo naturale e duraturo.

Nel mio metodo, il terzo passo della salute si focalizza sulla nutrizione, ed è forse l'aspetto più cruciale per il nostro benessere. Sapere cosa mangiare non significa solo evitare cibi dannosi, ma soprattutto comprendere quali alimenti apportino al nostro corpo i nutrienti essenziali per funzionare al meglio. Una corretta alimentazione è un atto d'amore verso sé stessi: scegliendo consapevolmente ciò che consumiamo, possiamo migliorare la nostra energia, rafforzare il sistema immunitario e prevenire le malattie.

Per rendere questo passaggio realmente efficace, creo piani nutrizionali personalizzati grazie a test specifici che analizzano ben 577 alimenti. Questi test forniscono un quadro dettagliato delle esigenze individuali, permettendoci di distinguere con precisione cosa è giusto e cosa non lo è per il nostro organismo. In questo modo, ogni piano alimentare è studiato su misura, per garantire che il nostro corpo riceva esattamente ciò di cui ha bisogno per ripristinare e mantenere la salute, trasformando il cibo in medicina.

3° PASSO DELLA SALUTE DEPURAZIONE



Oggi, i nostri organi sono diventati veri e propri ricettacoli di tossine. Se potessimo guardarci dentro, sceglieresti ogni giorno di depurarti, perché non puoi nemmeno immaginare cosa ristagna nel tuo intestino.

Quando iniziamo il percorso, proverai per la prima volta una sensazione di pulizia profonda, una leggerezza mentale e fisica che trasformerà il tuo benessere.

Scorie, Metalli Pesanti e Parassiti se ne andranno via, permettendoti di riscoprire un corpo libero, energico e in perfetto equilibrio.

Depurazione dei Metalli Pesanti

I metalli pesanti, come piombo, mercurio, cadmio e arsenico – sono elementi che, sebbene presenti in natura, possono diventare estremamente nocivi quando si accumulano nel nostro organismo. Essi provengono da diverse fonti, come l'inquinamento industriale, l'uso eccessivo di pesticidi in agricoltura, il traffico veicolare e persino alcuni processi di lavorazione alimentare. Quando li ingeriamo o li respiriamo, questi metalli possono depositarsi nei tessuti, intaccando la salute in modi spesso silenti ma devastanti.

L'accumulo di metalli pesanti interferisce con il metabolismo cellulare, causando stress ossidativo e infiammazione cronica. Questi processi possono indebolire il sistema immunitario e compromettere il funzionamento di organi vitali, come il fegato, i reni e il cervello. In pratica, il corpo diventa una sorta di "serbatoio tossico", dove anche livelli relativamente bassi di esposizione, nel tempo, possono portare all'insorgenza di malattie croniche, disturbi neurologici, problemi cardiovascolari e disfunzioni del sistema endocrino.

Per questo motivo, depurarsi dai metalli pesanti diventa fondamentale per ristabilire e mantenere la salute. Un percorso di detox non serve solo a eliminare le tossine accumulate, ma anche a ripristinare il corretto equilibrio del corpo, rafforzare il sistema immunitario e migliorare la funzionalità degli organi.

Nutrire il corpo con cibi genuini, favorire l'idratazione e adottare rimedi naturali specifici come l'alga chlorella aiuta a sbloccare il processo di eliminazione dei metalli pesanti, permettendo alle cellule di riprendersi e di operare in maniera ottimale.

Depurazione dai parassiti

Sebbene molti ne soffrano senza rendersene conto, a causa della mancanza di un sintomo in particolare, attualmente, è uno dei motivi principali per cui ci si rivolge al medico.

I problemi sorgono quando questi parassiti incontrano un luogo adatto in cui proliferare o si forniscono essi sostanze adatte alla loro sopravvivenza.

QUALI SONO I SINTOMI?

Spesso i sintomi delle infezioni parassitarie sono difficili da diagnosticare perché si confondono facilmente con quelli di altre infezioni.

Tuttavia, è importante non sottovalutarli e ricorrere al più presto ad un trattamento opportuno. I trattamenti convenzionali rimangono inefficaci, mentre una CURA ANTIPARASSITARIA NATURALE E SEMPLICE può risolvere i nostri problemi.

I SINTOMI FISICI PIÙ FREQUENTI

- Mancanza o eccesso di appetito (con squilibri nel peso).
- Disturbi del sonno e sensazione di stanchezza.
- Infiammazione degli occhi.
- Allergie e intolleranze alimentari accompagnate da stitichezza o diarrea.
- Difficoltà nel digerire.
- Sindrome del colon irritabile e frequente mal di stomaco.
- Prurito sulla punta del naso, agli occhi e sulla zona anale.
- Costante mal di testa.
- Eruzioni cutanee ed acne.
- Crampi muscolari ed intorpidimento delle mani e dei piedi.
- Unghie frammentate

- Pelle incline a scagliarsi o ad arrossarsi
- Brividi, Febbre e Disidratazione

I SINTOMI EMOTIVI PIÙ FREQUENTI:

- Ansia
- Nervosismo
- Panico
- Rabbia
- Insonnia
- Scarsa concentrazione e scarsa memoria
- Fame compulsiva
- Desiderio incontrollabile di zuccheri e carboidrati

Esistono molti tipi di PARASSITI INTESTINALI e non sempre gli esami delle feci confermano la loro presenza.

So che quando parlo di QUESTO, la maggior parte di voi si sente male. E' terrificante solo il pensiero che nel nostro corpo vivano degli esseri ORRIBILI. Eppure la parassitosi intestinale è un fenomeno più comune di quanto si possa pensare, perché può attaccare CHIUNQUE, SOPRATTUTTO I BAMBINI.

E per questo **DOBBIAMO INTERVENIRE SUBITO**

I parassiti intestinali possono essere divisi in due gruppi principali: unicellulari e multicellulari.

Gli unicellulari sono microscopici, mentre i parassiti multicellulari vanno da pochi millimetri a diversi metri di lunghezza. I loro rappresentanti più comuni sono i vermi cilindrici e i vermi piatti.

Anche le verdure crude e i frutti non lavati o lavati con acqua contaminata sono fonte di pericolo. Anche gli animali domestici possono essere portatori di parassiti, in particolare i cani e i GATTI.

Importantissimo lavare e disinfettare taglieri e i piani della cucina e della tavola.

COME ENTRANO NEL CORPO?

Attraverso la bocca, tramite cibo o liquidi infettati. Le loro larve possono facilmente "nascondersi" nelle varie carni, in particolare nella carne di manzo e di maiale, quindi è importante che siano ben lavate e poi mangiate cotte.

Il percorso antiparassitario necessita di PASSI BEN PRECISI, MESE DOPO MESE.

É consigliabile l'uso di RIMEDI ANTIPARASSITARI NATURALI insieme ad una costante IDRATAZIONE del corpo con acqua alcalina idrogenata. Il percorso che propongo è caratterizzato di passi ben precisi, rispettando tempi e volontà della persona.

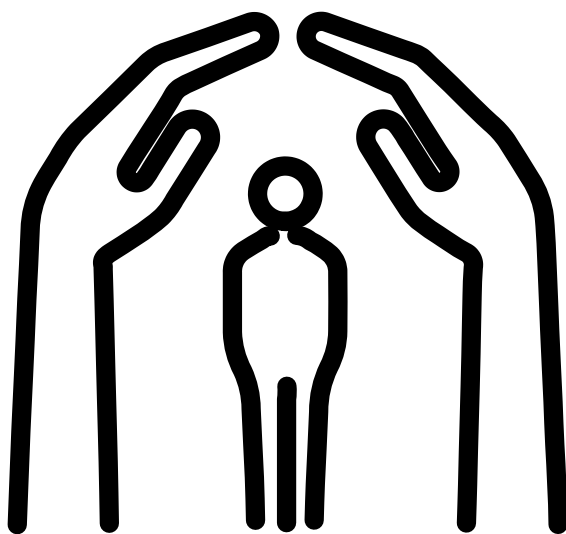
Quando ci liberiamo di ospiti indesiderati che ci danneggiano giorno dopo giorno ci si libera anche dalle EMOZIONI pressanti che caratterizzano la nostra giornata come ansia, panico, rabbia, intolleranza, nervosismo, ma anche scarsa concentrazione e memoria, fame compulsiva, desiderio di dolci e carboidrati incontrollabile.

4° PASSO DELLA SALUTE PROTEZIONE

Nel mio metodo detox, il quarto passo della salute riguarda la protezione. Dopo aver riacquisitato il benessere, imparato a mangiare correttamente, a integrare e a bere nel modo giusto, è fondamentale sapere come mantenere e proteggere il tuo organismo mese dopo mese. In questa fase, svilupperai una sensibilità che ti permetterà di riconoscere i segnali del tuo corpo, intervenendo tempestivamente per preservare il benessere ottenuto.

Proteggersi significa adottare pratiche quotidiane e abitudini consapevoli che rafforzano il sistema immunitario e contrastano le influenze negative dell'ambiente. Il metodo ti insegna a monitorare costantemente il tuo stato di salute e a personalizzare il percorso, in modo da poterlo ripetere regolarmente. Ciò non solo ti aiuta a mantenere i benefici della depurazione, ma ti fornisce anche gli strumenti per trasmettere queste conoscenze a tutta la tua famiglia e a chiunque desideri intraprendere questo percorso.

Diventare protettiva nei confronti della propria salute non è un'azione isolata, ma un impegno quotidiano che, nel tempo, si trasforma in uno stile di vita. Questo quarto passo è l'evoluzione naturale del tuo percorso detox: una pratica di prevenzione e cura che diventa il fondamento per una vita piena di energia, vitalità e consapevolezza.



UN'OCCHIO DI RIGUARDO ALLE TUE EMOZIONI



Nel mio percorso detox, è fondamentale non trascurare le emozioni. Non basta depurare il corpo dalle tossine accumulate: è altrettanto importante **ascoltare, accogliere e trasformare** il nostro mondo interiore. Le emozioni, infatti, giocano un ruolo chiave nella nostra salute complessiva.

Attraverso metodologie innovative e olistiche, come la medicina del cavallo, la medicina vibrazionale e altre tecniche integrate, offro strumenti concreti per riconoscere, comprendere e trasformare i blocchi emotivi. Questi approcci permettono di liberarsi dalle tensioni accumulate, trasformando la sofferenza in consapevolezza e in energia positiva.

Seguendo il mio percorso, imparerai a dare spazio alle tue emozioni, a interpretarle come segnali preziosi e a trasformarle in opportunità per una crescita personale autentica. In questo modo, potrai raggiungere un benessere profondo che va al di là della semplice depurazione fisica, abbracciando una salute che include mente e spirito.



Valentina Parissi è Naturopata con oltre venti anni di esperienza nella Medicina Olistica. Ha conseguito il titolo di Coach Nutrizionale, è Master Reiki, Forest Bathing e Facilitatrice della Connessione con il Cavallo.

La sua missione è guidare le persone verso un benessere profondo, agendo simultaneamente su corpo, mente e spirito.

Appassionata di bioenergetica, Valentina si dedica a guidare le persone verso un equilibrio autentico, basato su un ascolto profondo di corpo, mente e spirito, per restituire energia vitale e serenità.

Le sue competenze chiave

- **Esperta in percorsi di depurazione profonda**
- **Coach Nutrizionale** Progetta piani alimentari personalizzati che promuovono detossificazione e vitalità.
- **Facilitatrice della Connessione con il Cavallo** Usa la relazione uomo-cavallo per esplorare ed armonizzare le emozioni, facilitando la guarigione reciproca.

Il percorso di MetaDepurazione: dal corpo all'anima

1. Ascolto iniziale

Un colloquio approfondito per comprendere storia clinica, stile di vita e obiettivi di benessere.

2. Diagnosi bio-energetica

Con il TEST METADEPURAZIONE, Valentina rileva indici di carico tossinico, funzionalità epatica e digestiva, equilibrio acido-base.

3. Piano di detossificazione

Dieta rotazionale, estratti fitoterapici e protocolli di supporto multiorgano.

4. Follow-up e mentoring

Monitoraggio costante dei progressi, aggiustamenti personalizzati e coaching motivazionale per consolidare nuove abitudini.

I benefici per corpo e anima

Il percorso MetaDepurazione offre:

- Maggiore vitalità e leggerezza fisica
- Miglioramento delle funzioni digestive e riduzione di gonfiore
- Ripristino dell'equilibrio ormonale
- Diminuzione di ansia, irritabilità e insonnia
- Rinforzo delle difese immunitarie
- Più chiarezza mentale e serenità emotiva

Grazie alla guida di Valentina Parissi, ogni persona riscopre il proprio benessere in modo duraturo, armonizzando salute fisica, equilibrio mentale e pienezza interiore.

GRAZIE PER AVER DEDICATO DEL TEMPO A TE STESSA/O

VALENTINA PARISSI
LA NATUROPATA

Clicca QUI per whatsapp

Prenota la tua consulenza QUI

Sito Web: www.metadepurazione.it



328.42.57.00

metadepurazione@gmail.com

www.metadepurazione.it

Colle di Compito - Capannori (LU)

