

ANDREA ZARAGOZA SALVI

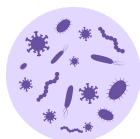
Bye-bye les squatteurs !



**DÉPARASITAGE POUR PETITS ET
GRANDS**



CENTRE D'APPRENTI-SAGE DU VIVANT



Comprendre les parasites, leur rôle,
et comment s'en libérer
naturellement

1. QU'EST-CE QU'UNE INFESTATION PARASITAIRE PEUT CRÉER DANS NOTRE CORPS ET NOTRE QUOTIDIEN ?

Les parasites ne sont pas que ces petits envahisseurs exotiques qu'on attrape dans les pays tropicaux. Ils sont bien plus discrets, parfois installés depuis l'enfance, et peuvent vivre tranquillement dans nos intestins, nos tissus, voire nos organes, sans qu'on s'en rende compte... jusqu'à ce que le corps envoie des signaux.

Fatigue inexplicable, irritabilité, brouillard mental, troubles digestifs, sautes d'humeur, cernes tenaces, grattages nocturnes... Ces symptômes sont la manière dont le corps dit : "quelque chose squatte mon énergie."

Une infestation peut dérégler l'équilibre acido-basique, fatiguer le système immunitaire, créer une inflammation de fond, et même perturber la production de neurotransmetteurs comme la sérotonine (fabriquée à 90 % dans l'intestin).

Bref : les parasites ne font pas que "manger nos nutriments". Ils perturbent aussi la communication du corps avec lui-même.



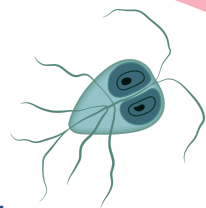
2. LES SIGNES QUE TU ES INFESTÉ (ENFANT ET ADULTE)

Chez l'enfant : agitation, dents qui grincent la nuit, grattage des fesses, cauchemars, ventre gonflé, appétit capricieux, troubles de concentration.

Chez l'adulte : fatigue chronique, difficulté à se lever, troubles digestifs, gaz, envies de sucre, baisse d'immunité, sautes d'humeur ou sensation de "ne plus être soi-même".

Certaines mamans remarquent même que leur enfant "fait la pleine lune" : plus agité, plus nerveux, plus fatigué. Ce n'est pas une coïncidence : beaucoup de parasites sont plus actifs lorsque la lune augmente la rétention d'eau dans le corps...

3. LE DÉPARASITAGE N'EST PAS RESERVÉ QU'AUX CHIENS



Parce qu'un parasite, ça voyage !

Un enfant infesté qui se gratte la nuit et touche les poignées, un chien qui se lèche puis fait un bisou, un linge mal lavé, un jouet partagé... et hop, le cycle repart. Faire une cure pour une seule personne, c'est comme nettoyer une seule pièce de la maison en laissant les autres pleines de poussière.

Tout le monde doit participer au grand ménage : enfants, adultes et animaux.

5. TOUT EST LIÉ: L'INTESTIN, LE ROI



Quand la flore intestinale (microbiote) est déséquilibrée – à cause du stress, d'une alimentation industrielle, de médicaments ou de fatigue chronique – les bactéries bénéfiques s'affaiblissent.

Ce vide est aussitôt rempli par des hôtes moins sympathiques : levures, parasites, bactéries opportunistes. Le pH du corps devient plus acide, l'inflammation s'installe, et le système immunitaire se fatigue.

Les parasites prospèrent dans ces terrains "chauds et humides".

Le retour à un terrain alcalin (grâce aux fruits, légumes, hydratation et repos) est la base du rétablissement durable.

6. LES PARASITES NE SONT PAS LA CAUSE, MAIS LA CONSÉQUENCE

C'est ici que tout change : le parasite n'est pas l'ennemi.

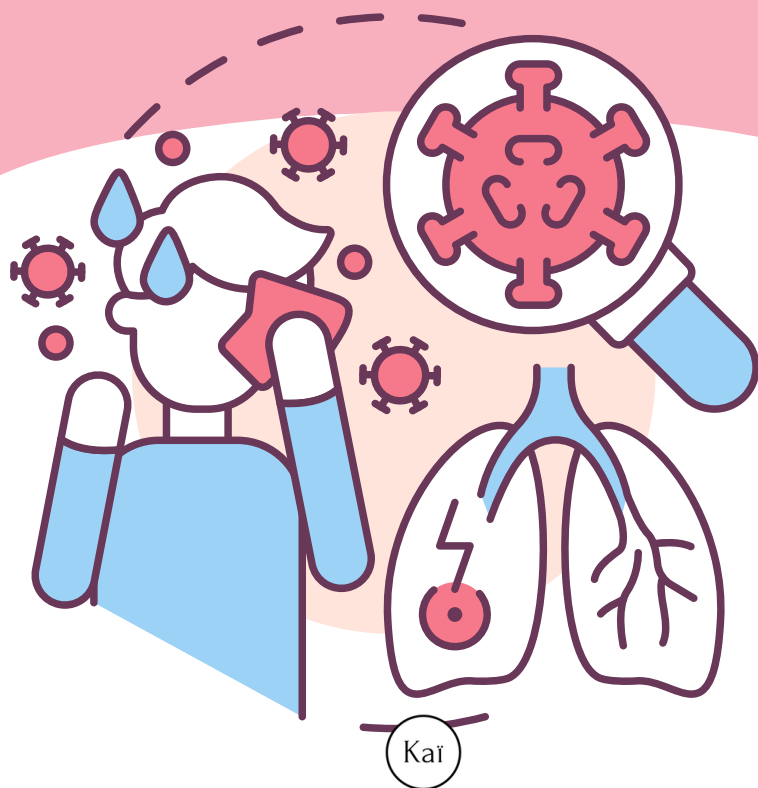
Il est le symptôme d'un déséquilibre.

Un peu comme la moisissure dans une maison humide : le problème n'est pas la moisissure, mais l'humidité.

Les parasites viennent "nettoyer" les excès de déchets, de mucus, de toxines.

Quand le terrain est propre, ils s'en vont d'eux-mêmes.

C'est pour ça qu'un bon déparasitage commence toujours par le nettoyage du terrain intérieur.



7. LA PRÉPARATION DU TERRAIN : AVANT DE DÉLOGER LES SQUATTEURS...

Avant toute cure antiparasitaire, on prépare le corps – comme on prépare une maison avant un grand nettoyage.

Car sinon, c'est un peu comme si on secouait les tapis sans ouvrir les fenêtres : tout vole, mais rien ne sort.

Pourquoi préparer ?

Les parasites adorent les terrains encrassés, inflammés, acidifiés, et pauvres en bons nutriments.

Si le foie, les reins ou les intestins sont fatigués, les toxines libérées pendant la cure peuvent surcharger l'organisme

→ maux de tête, boutons, fatigue, nausées...

On prépare donc le foie, les reins et les intestins à éliminer.

On nettoie les voies d'évacuation avant de déloger les invités indésirables.

Objectif des 10 jours de préparation :

- Stimuler les émonctoires : foie, reins, intestins, peau, poumons.
- Alcaliniser le terrain (moins d'acidité, plus de vitalité).
- Faire une descente douce du sucre, des produits transformés et des protéines animales.

HYDRATER ET REMINÉRALISER POUR TAMPONNER LES TOXINES.

ROUTINE QUOTIDIENNE - PRÉPARATION (10 JOURS)

MATIN :

- Eau tiède + citron pressé + gingembre et curcuma frais
- 1 c. à soupe d'huile de lin ou de chanvre (oméga-3 anti-inflammatoires).
- Petit-déjeuner végétal : fruits de saison, compote, graines de chia, lait végétal sans sucre, infusion, miel.

MIDI :

- Légumes vapeur + céréales complètes + légumineuses.
- Assaisonner avec huile d'olive, citron, herbes aromatiques.
- Tisane de romarin ou de pissenlit après le repas.

SOIR :

- Soupe de légumes verts, purée de courge.
- Tisane de camomille ou ortie avant le coucher.

Tout au long de la journée :

- Boire 1,5 à 2 L d'eau.
- Marcher, bouger, respirer.
- Gratitude & douceur (oui, ça compte aussi dans la détox).

Plantes alliées pour la préparation :

- Foie : chardon-marie, romarin, artichaut.
- Reins : orthosiphon, bouleau, verge d'or.
- Intestins : psyllium blond, aloe vera,
- jus de choucroute (ferments).



8. LA CURE DE DÉPARASITAGE - 11 JOURS DE NETTOYAGE PROFOND

Le moment est venu !

Maintenant que le corps est prêt, on passe au grand ménage intérieur.

On va couper la nourriture des parasites, les affaiblir, et aider le corps à les éliminer en douceur.

⚠ On élimine : viande, œufs, produits laitiers, sucre, produits transformés, alcool, café.

Les parasites adorent le sucre sous toutes ses formes (même les sucres cachés dans les gâteaux “sans sucre”).



ROUTINE QUOTIDIENNE - CURE (11 JOURS)

MATIN :

- Eau tiède citronnée + 1 c. à soupe d'huile de nigelle (vermifuge naturel).
- Petit-déjeuner : fruits, graines de courge, de papaye, de grenade,
- Complément antiparasitaire (selon l'âge, voir plus bas).

MIDI :

- Grande assiette de légumes (cuits et crus), légumineuses, huile d'olive.
- 1 c. à café de graines de courge (antiparasitaires puissantes).
- Tisane de thym ou d'origan (antibactérien & antifongique).

SOIR :

- Soupe ou purée + tisanes douces (camomille, mélisse, verveine).
- Bain de pieds chaud + 1 c. à soupe de sel d'Epsom (détox par la peau).

PLANTES ANTIPARASITAIRES PHARES :

- Ail cru (vermifuge historique),
- Clou de girofle, noix de Grenoble, curcuma, nigelle,
- Absinthe ou *Artemisia annua* (*Artemisia absinthium*),
- Pépins de pamplemousse,
- Graines de papaye, graines de grenade et de courge
- Huile essentielle d'origan compact (à manier avec prudence et avis pro).



Routine de nettoyage interne :

1 c. à café de charbon actif ou d'argile verte après les repas
(absorption des toxines).

30 min d'exposition au soleil ou respiration consciente quotidienne.



POUR LES ENFANTS (À PARTIR DE 3 ANS)

Toujours demander l'avis d'un professionnel, mais en général :

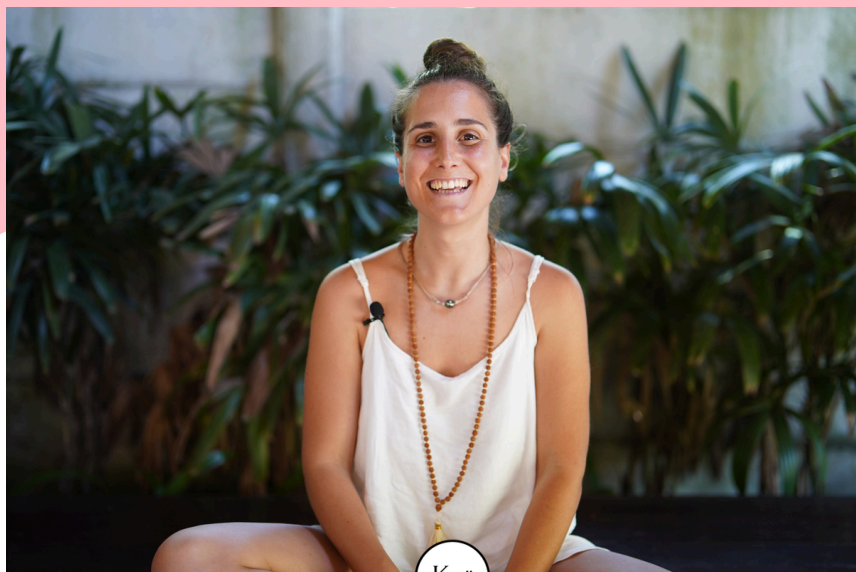
- Sirop ou gélule douce d'extraits de pépins de pamplemousse,
- Infusions de camomille, thym doux, ou anis vert,
- Un peu de graines de courge mixées dans la compote,
- Zéro sucre industriel, bon sommeil et câlins à volonté.



Si l'enfant est allaité,
demandez des précisions par
rapport aux produits à
prendre. Mais surtout
rappelez vous que ce que vous
mangez c'est ce qu'il mangera.
Si vous faites le rééquilibrage
alimentaire lui sera bénéficié
le premier.

9. MON EXPÉRIENCE ET POURQUOI J'Y CROIS PROFONDÉMENT

Je n'ai pas découvert les parasites dans un livre, mais dans la vie. Je suis née par voie basse donc j'ai pris la microbiote de ma maman. Dès la naissance, j'ai fait une intoxication alimentaire au lait maternel, oui, vous avez bien lu, au lait maternel, car elle ne mangeait pas bien et surtout elle buvait du lait de vache dont il s'est avéré plus tard que j'étais intolérante aux trois protéines de la vache, et pas seulement au lactose. J'ai tout eu comme symptômes jusqu'à mes 14 ans: vomissements, diarrhées, constipations, éruptions cutanées, agitation, pipi au lit, cauchemars donc je n'ai pas dormi seule jusqu'à mes 8 ans... et les médecins ne trouvaient rien. J'avais rien et j'avais tout, une dysbiose intestinale dès la naissance et un trop plein d'émotions.



Kar

À force d'accompagner des personnes fatiguées, irritées, gonflées, ou en errance médicale, j'ai réalisé qu'on parlait souvent d'hormones, d'alimentation ou d'émotions...

Mais très rarement des hôtes invisibles qui, parfois, tirent les ficelles.

Je me souviens d'une femme venue me voir pour un psoriasis chronique : on a tout essayé – régimes, compléments, drainage, rien.

Jusqu'au jour où on a fait un protocole de déparasitage. Trois semaines plus tard : peau plus claire, sommeil retrouvé, vitalité revenue.

C'est souvent ça la magie du vivant : quand on allège le corps, la lumière revient.

Je pratique une médecine intégrative et énergétique, un pont entre le corps, l'âme et la science.

J'observe, je ressens, je relie. Et ce que je vois, c'est que le nettoyage du corps réveille la conscience.

10. ET MAINTENANT ?

Tu viens d'ouvrir une porte 🌿

Mais parfois, un déparasitage seul ne suffit pas.

Fatigue chronique, inflammation, anxiété, blocages... ou même troubles de l'attention chez l'enfant peuvent aussi être liés à un système nerveux épuisé et en alerte permanente.

Parfois, tant que le système nerveux n'est pas régulé, le corps n'arrive même plus à se réparer correctement.

Si tout cela te parle, pour toi ou pour ton enfant, je t'offre un bilan découverte gratuit 🙏

**PRENDRE MON
BILAN GRATUIT**



Kaï