

## ALIMENTACIÓN

Por lo general en los alimentos refinados faltan oligoelementos, que son la base para la mayoría de las enzimas del cuerpo. Las enzimas aceleran las funciones del cuerpo, desde la vista hasta los impulsos nerviosos.

Las vitaminas son por definición unas piezas de construcción que el cuerpo es incapaz de fabricar por si mismo; Hay que reponerlas diariamente para proporcionarles energías y para protegerlos.

Los demás componentes son igualmente vitales para el bienestar óptimo. Por ejemplo, la LECITINA constituye el 75% del cerebro.

El GINKGO BILOBA, es un árbol de china, incrementa el flujo sanguíneo al cerebro además de estabilizar la barrera hematoencefálica, el filtro que mas discrimina de todo el cuerpo ya que regula la cantidad de azúcares energizantes y oxígeno que recibe el cerebro aparte de protegerlo de sustancias perniciosas.

SMART-START de laboratorios Albión tiene todos estos ingredientes en un suplemento alimenticio.

### ❖ LOS ALIMENTOS DE MÁS BAJA VIBRACIÓN SON:

- ❖ Azúcares
- ❖ Conservantes
- ❖ Congelados
- ❖ Pesticidas
- ❖ Bebidas gaseosas (tienen cafeína que es una droga estimulante)
- ❖ Colorantes
- ❖ Da alergia la leche, los huevos y el trigo.
- ❖ Evitar SALICILATOS (Similar a la aspirina) son productos químicos naturales que están en las frutas.
- ❖ La ERITROCINA y la TARTRACINA, estos colorantes producen reacciones alérgicas.

### ❖ LOS ALIMENTOS DE MÁS ALTA VIBRACIÓN SON:

- ❖ Verduras, frutas, germinados y productos frescos.